

► ΚΑΛΛΙΡΟΗΣ 23,
Ν. ΚΟΣΜΟΣ - ΑΘΗΝΑ,
ΤΗΛ: 210 - 9238217,
210 - 9220993

► ΓΡΙΒΑ ΔΙΓΕΝΗ 1 & Λ.
ΒΟΥΛΙΑΓΜΕΝΗΣ 336, ΑΓ.
ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ
ΤΗΛ: 210-9965203

► E-MAIL:
INFO@PROSEGGISI.GR
SITE:
WWW.PROSEGGISI.GR

Προσέγγιση

Εταιρία ειδικής αγωγής

ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ ΕΚΦΡΑΣΗΣ ΚΑΙ ΕΛΕΥΘΕΡΗΣ ΑΠΟΨΗΣ

Σημείωμα του εκδότη

ΣΧΟΛΙΚΗ ΕΤΟΙΜΟΤΗΤΑ Ή ΓΕΝΙΚΟΤΕΡΗ ΕΤΟΙΜΟΤΗΤΑ;

Περί σχολικής ετοιμότητας λοιπόν ο λόγος! Αλήθεια, ποια άραγε είναι η μεγάλη διαφορά μεταξύ του Σχολείου και του Νηπιαγωγείου; Έχουμε αναλογιστεί;

5 είναι οι ουσιαστικά μεγάλες διαφορές:

1. Το Νηπιαγωγείο έχει μία εμφανώς «αργή να κατακτηθεί» ύλη. Πολλές επαναλήψεις και συχνές αναστροφές στα παλαιότερα. Η Α΄ Τάξη του Δημοτικού έχει εντατική ύλη που η κατάκτηση της προηγούμενης (που μπορεί να σήμαινε και την ύλη της προηγούμενης ημέρας) θα ορίσει την μάθηση της επόμενης με έναν αυστηρά σειροθετικό τρόπο.

2. Το ωράριο στο Νηπιαγωγείο έχει πολλές ενότητες και διαλείμματα ελεύθερης αυτοδιαχείρισης. Τα παιδιά δεν είναι υποχρεωμένα να κάθονται για πολλές ώρες σε ένα κάθισμα. Στο Δημοτικό, το παιδί αναμένεται να μπορεί να καθίσει σε ένα κάθισμα για τουλάχιστον 45 λεπτά μέχρι το (λυτρωτικό για πολλά) διάλειμμα.

3. Το Νηπιαγωγείο δεν έχει εργασίες για την επόμενη ημέρα στο σπίτι. Στο Δημοτικό το παιδί απαιτείται για –το λιγότερο μια ώρα – να μελετήσει για την επόμενη ημέρα.

4. Το Νηπιαγωγείο δεν έχει τετράδιο με «βαθμούς», «παρατηρήσεις» και «αυτοκόλλητα» που ορίζουν την απόδοση και την ικανότητα του παιδιού. Το Δημοτικό απαιτεί επίδειξη της γνώσης και σκοράρισμά της μέσω των προηγούμενων μεθόδων που αναφέρθηκαν.

5. Στο Νηπιαγωγείο το παιδί μαθαίνει να προσαρμόζει τη συμπεριφορά του με τους συμμαθητές του και τους κανόνες της Τάξης. Στο Δημοτικό αναμένεται το παιδί να γνωρίζει και να έχει οργανώσει τη συμπεριφορά του και να μπορεί να τηρεί τους κανόνες της τάξης.

Η ερώτηση λοιπόν του αν είναι το παιδί έτοιμο, στην ουσία είναι η ερώτηση κατά πόσον το παιδί είναι έτοιμο να μπει σε μία νέα διάσταση για τη ζωή του, μία νέα διάσταση για την «εργασία του». Στην ουσία το παιδί θα πρέπει να έχει μπει στην ψυχολογική σκέψη της «συγκρισιμότητας» αλλά και της «εργατικότητας». Θα πρέπει να είναι ώριμο να ξέρει γιατί μαθαίνει, να συγκρίνεται με τους συμμαθητές του, να αυτοδιαχειρίζεται (να δουλεύει στο σχολείο ανεξάρτητα), να αντέχει και να διαχειρίζεται την αποτυχία του, να αυτοεξυπηρετείται με τα ρούχα και την τσάντα του.

Δεν μιλάμε και για τις γνωστικές έννοιες που πρέπει να κατέχει όσον αφορά την μαθησιακή επίδοση (όπως γνώση γραμμάτων, αριθμών, ποσοτήτων, προσανατολισμός, μνήμη, συγκέντρωση – ολοκλήρωση, δομή ομιλίας, γραφοκινητική ωρίμανση, αισθητοκινητική ωρίμανση κλπ κλπ) που μπορείτε να τα βρείτε σε πολλά manuals Αναπτυξιολογίας.

Το ότι είναι έτοιμο ένα παιδί να παρακολουθήσει την Α΄ Δημοτικού, σημαίνει ότι είναι έτοιμο να ανταπεξέλθει σε αυτό το «εργασιακό σύστημα» που θα κρατήσει στη ζωή του 12 χρόνια (Δημοτικό, Γυμνάσιο, Λύκειο). Και όσο πιο έτοιμο είναι, τόσο

μικρότερες πιθανότητες έχει να ανοίξει μαθησιακά κενά πριν ακόμα χαράξει η ακαδημαϊκή μάθηση. Μία «προϊκα» είναι η σχολική ετοιμότητα. Προϊκα που θα κρατήσει 12 χρόνια.

Συχνά λοιπόν οι γονείς έρχονται να εκλέξουν το καλύτερο για το παιδί τους. Είναι έτοιμο να ωριμάσει; Είναι έτοιμο να κουραστεί; Είναι έτοιμο να συγκριθεί; Είναι έτοιμο να αυτοδιαχειριστεί; Είναι έτοιμο να μετρηθεί; Αλλά και από την άλλη; Είμαστε έτοιμοι οι γονείς να διαχειριστούμε τις αποτυχίες του; Είμαστε έτοιμοι να του δώσουμε χρόνο για να μελετήσει; Είμαστε έτοιμοι να το ενθαρρύνουμε; Έχουμε την υπομονή αν κάτι δεν πηγαίνει ομαλά στη μάθηση;

Πολύ συχνά αξιολογώ παιδιά που δεν έχουν τη σχολική ετοιμότητα, αλλά και οι γονείς από την άλλη δεν έχουν την ετοιμότητα να δεχτούν μία πιθανή επανάληψη του Νηπιαγωγείου. Συχνά λοιπόν τους ρωτώ: «Τι σημαίνει για εσάς, για τα πιστεύω σας και για τις προσμονές σας μία επανάληψη του Νηπιαγωγείου;». Γιατί πολύ συχνά θα εντάξουμε το παιδί στην Α΄ Δημοτικού επειδή εμείς δεν είμαστε έτοιμοι να δεχτούμε ότι το παιδί μπορεί να χρειαστεί ένα χρόνο παράταση. Γιατί για εμάς αυτή η πιθανή παράταση, σημαίνει κάτι πολύ κακό. Χρέος μας ως ειδικοί να γίνουμε οι «συνήγοροι του παιδιού». Χρέος μας να γνωμοδοτήσουμε για τα risk factors για το κάθε ένα παιδί σε σχέση με την ένταξή του στην ανώτερη ακαδημαϊκή βαθμίδα. Όπως και χρέος μας να ενημερώσουμε τους γονείς του παιδιού για τους κινδύνους αυτούς και για τα αδύναμα σημεία του που θα πρέπει να προσέξουν! Γιατί χρέος του κάθε γονέα είναι να είναι και αυτός ο «συνήγορος του παιδιού του».

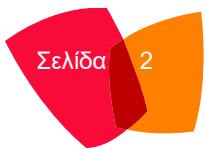
Όχι το παιδί του να γίνει ο «συνήγορος του γονέα». Το παιδί δεν ξέρει το μέλλον. Δεν ξέρει τι σημαίνει «Δημοτικό». Δεν ξέρει τι σημαίνει καθημερινή μελέτη. Δεν ξέρει τι σημαίνει αποτυχία. Ο ενήλικας οφείλει όμως να το γνωρίζει. Και να το προστατέψει αν χρειαστεί.



ΣΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΤΕΥΧΟΣ:

- 1 Σημείωμα του εκδότη
- 2-3 Σχολική Ετοιμότητα. Πότε είναι έτοιμο ένα παιδί να ενταχθεί στην Α΄ Δημοτικού
- 4 Γιατί τα παιδιά μας βαριούνται τόσο στο σχολείο
- 5-6 8 πράγματα για την ανάπτυξη του παιδιού
- 7-8 Η Στήλη του παιδιού και του εφήβου

Το παρόν τεύχος μπορείτε να το κατεβάσετε έγχρωμο σε ηλεκτρονική μορφή στην διεύθυνση:
<http://www.proseggisi.gr/?cat=4>



Σχολική ετοιμότητα. Πότε είναι έτοιμο ένα παιδί να ενταχθεί στην Α' Δημοτικού.

Βουρλίογκα Βάσω, Ψυχολόγος MSc, Παπασταύρου Αναστασία, Εργοθεραπεύτρια SIT, Πιτσικάλη Ντόρα, Λογοθεραπεύτρια, MSc. Κέντρο ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

Τι σημαίνει σχολική ετοιμότητα;

Είναι ένα ορισμένο επίπεδο ανάπτυξης (σωματικής/κινητικής, ψυχοκοινωνικής / συναισθηματικής, γλωσσικής / γνωστικής) ενός παιδιού, που του επιτρέπει να ανταποκριθεί με επιτυχία στις απαιτήσεις του δημοτικού σχολείου.

Με τον πιο απλό ορισμό, ένα παιδί που είναι έτοιμο για το σχολείο (Α Δημοτικού), σημαίνει ότι έχει κατακτήσει βασικές δεξιότητες και γνώσεις από μια ποικιλία τομέων που θα μπορέσουν να του διασφαλίσουν μια επιτυχημένη πορεία.

Ηλικιακά, τα περισσότερα παιδιά έχουν φτάσει σ' αυτό το επίπεδο και πληρούν τις προϋποθέσεις ένταξης μεταξύ 5ετών και 7μηνών και 6 ετών και 6 μηνών.

Κάποια παιδιά παρότι βρίσκονται στην ηλικία αυτή και τυπικά δικαιούνται να φοιτήσουν στην Α Δημοτικού, δεν είναι ακόμη 'ώριμα' ώστε να αντεπεξέλθουν με επάρκεια στο νέο απαιτητικό τους ρόλο. Παρακάτω αναφέρονται τα βασικά κριτήρια σχολικής ετοιμότητας που συνδέονται άμεσα με την ομαλή προσαρμογή του παιδιού στην Α δημοτικού:

ΒΑΣΙΚΑ ΚΡΙΤΗΡΙΑ ΣΧΟΛΙΚΗΣ ΕΤΟΙΜΟΤΗΤΑΣ ΑΠΟ ΤΗΝ ΛΟΓΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΣΚΟΠΙΑ:

Γλωσσικές δεξιότητες

Αντίληψη Λόγου

- Ακολουθεί σύνθετες οδηγίες
- Παρακολουθεί και κατανοεί ιστορίες (κατάλληλες για την ηλικία του)
- Παρακολουθεί και κατανοεί μια απλή συνομιλία
- Κατανοεί ανέκδοτα και γρίφους
- Κατανοεί απλά λογοπαίγνια

Έκφραση Λόγου

- Χρησιμοποιεί προτάσεις που περιλαμβάνουν δύο ή περισσότερες ιδέες
- Χρησιμοποιεί περιγραφική γλώσσα
- Γνωρίζει απέξω και απαγγέλλει κάποια κοινά ποιηματάκια και τραγούδια
- Προσποιείται, δημιουργεί και συνθέτει τραγούδια ή ιστορίες
- Λέει ή επαναφηγείται ιστορίες ή / και καθημερινές εμπειρίες
- Κάνει ερωτήσεις και εκφράζει την περιέργειά του
- Εκφράζει ιδέες έτσι ώστε οι άλλοι μπορούν να τις καταλάβουν
- Απαντάει σε "ναι / όχι" ερωτήσεις
- Απαντάει σε ανοιχτές ερωτήσεις (π.χ., «Τι έχετε για μεσημεριανό σήμερα;»)
- Απαντάει σε ερωτήσεις που εισάγονται με τι, πως, που, πότε, γιατί.
- Συμμετέχει σε συζητήσεις
- Κάνει το ίδιο το παιδί έναρξη συζήτησης
- Χρησιμοποιεί πληθυντικό αριθμό, αντωνυμίες και χρόνους σωστά
- Χρησιμοποιεί τη γλώσσα για να μιλήσουμε για τα αντίθετα και να συγκρίνει τα πράγματα
- Μιλά για πράγματα που πρόκειται να συμβούν, καθώς και πράγματα που έχουν ήδη συμβεί
- Η ομιλία του είναι πλήρως κατανοητή από μη εξοικειωμένους ακροατές/συνομιλητές
- Χρησιμοποιεί σωστά την μελωδικότητα της φωνής του (προσώδια) ψιθυρίζει και αλλάζει τόνο φωνής αν χρειαστεί

Κοινωνικές δεξιότητες

- Μπορεί να συστηθεί σε κάποιον
- Χαιρετάει σε είσοδο και έξοδο από κάποιο χώρο
- Έχει βλεμματική επαφή
- Κάνει έναρξη διαλόγου
- Διατηρεί διάλογο
- Χρησιμοποιεί εκφράσεις προσώπου (σε κάποιο βαθμό

- Προσαρμόζεται σε μη οικείες συνθήκες
- Έχει περιέργεια για τον κόσμο
- Ακολουθεί κανόνες

ΒΑΣΙΚΑ ΚΡΙΤΗΡΙΑ ΣΧΟΛΙΚΗΣ ΕΤΟΙΜΟΤΗΤΑΣ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΡΓΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΣΚΟΠΙΑ:

ΘΕΣΗ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑΣ:

- Ικανότητα συνεργασίας σε θέση εγκεφαλικής ισχύος (brain power), όπου το παιδί οργανώνεται σε γνωστικά απαιτητική δραστηριότητα, χωρίς άμεση επιτήρηση από ενήλικα (ενήλικας σε απόσταση όπως π.χ. η θέση δασκάλου μαθητή στην τάξη)

ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΣΗ-ΟΡΓΑΝΩΣΗ:

- Ικανοποιητική ικανότητα συγκέντρωσης προσοχής τόσο σε δραστηριότητες τραπεζιού, όσο και στο χώρο. Είναι σημαντική η καλή οργάνωση σε πολυαισθητηριακό περιβάλλον (ήχων, οπτικών ερεθισμάτων, απτικών ερεθισμάτων κτλ.) και η σχετική σταθερότητα ποιότητας παραγόμενου έργου στο

περιβάλλον αυτό. Ικανοποιητική διάρκεια οργάνωσης στην καθιστή θέση. Ανταπόκριση σε ομαδική εντολή.

ΑΔΡΗ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑ:

- Να είναι σε θέση να ανταποκρίνεται σε δραστηριότητες αδρής κινητικότητας (ισορροπία, αδρός και αμφίπλευρος συντονισμός, ασκήσεις με πηδήματα και μπάλα, πλευρίωση, πέρασμα μέσης γραμμής σώματος).

ΛΕΠΤΗ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑ:

- Να έχει κατακτήσει ώριμη λεπτή κίνηση και γραφοκινητικότητα (χρήση ψαλιδιού, σύλληψη μολυβιού, αντιγραφική ικανότητα φορμών και κεφαλαίων γραμμάτων, οπτικοκινητικός συντονισμός,

οπτική επεξεργασία).

ΠΡΑΞΙΑΚΟΣ ΜΗΧΑΝΙΣΜΟΣ:

- Να ανταποκρίνεται και να οργανώνει την δράση του όπου απαιτείται πραξιακός μηχανισμός (η ικανότητα κατανόησης σχεδιασμού και προγραμματισμού δεδομένων που απαιτούνται για μια δράση, όπως και η ικανότητα επιτυχούς αποτελέσματος). Κατασκευαστική πράξη (πχ. Αντιγραφή μοντέλων).

ΑΥΤΟΕΞΥΠΗΡΕΤΗΣΗ

- Πλήρης ανεξαρτησία σε πλύσιμο, ντύσιμο, φαγητό, τουαλέτα.

ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟΣ

Δεξιότητες προσανατολισμού στο χρόνο και στο χώρο.

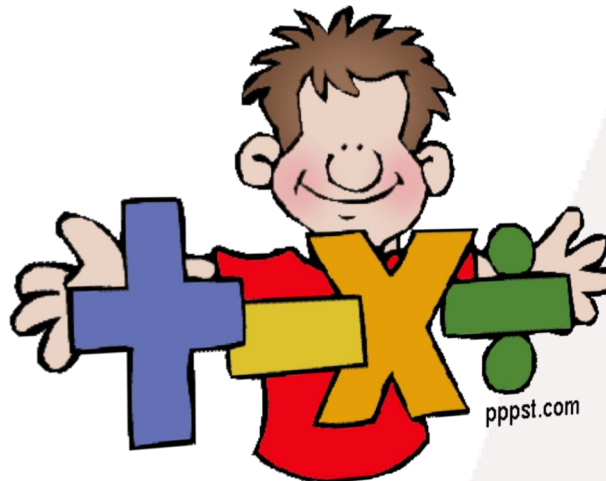
ΜΝΗΜΗ

- Καλή ακουστική και οπτική μνήμη.

ΒΑΣΙΚΑ ΚΡΙΤΗΡΙΑ ΣΧΟΛΙΚΗΣ ΕΤΟΙΜΟΤΗΤΑΣ ΑΠΟ ΤΗΝ ΓΝΩΣΤΙΚΗ/ΜΑΘΗΣΙΑΚΗ ΣΚΟΠΙΑ:

ΛΟΓΙΚΟΜΑΘΗΜΑΤΙΚΕΣ ΕΝΝΟΙΕΣ:

- Αναγνωρίζει μεγέθη (πχ.μικρό –μεγάλο,μεσαίο, ψηλό –κοντό) και μπορεί να κάνει συγκρίσεις μεγεθών.
- Αναγνωρίζει ποσότητες (πχ. πολλά-ένα-λίγα, περισσότερα-λιγότερα,άδειο-γεμάτο).
- Μπορεί να κάνει σειροθετήσεις κατά μέγεθος και ποσότητα.
- Μπορεί να ομαδοποιεί αντικείμενα
- Μπορεί να καταμετρήσει τουλάχιστον δέκα αντικείμενα με στρατηγική
- Μπορεί να αναγνωρίσει τους αριθμούς ως το δέκα
- Μπορεί να αντιστοιχίσει αριθμό με αντίστοιχο αριθμό αντικειμένων
- Μπορεί να αναγνωρίσει ιδιότητες αντικειμένων (πχ. μαλακό-σκληρό, βρεγμένο -στεγνό, γυάλινο, πλαστικό, ξύλινο, κρύο-ζεστό)
- Αναγνωρίζει και εντοπίζει ομοιότητες και διαφορές (πχ.σε αντικείμενα, εικόνες)
- Αναγνωρίζει τα χρώματα
- Αναγνωρίζει τα σχήματα
- Αναγνωρίζει και τοποθετεί αντικείμενα με τη σειρά πρώτο-δεύτερο-τρίτο
- Αντιλαμβάνεται την έννοια μισό -ολόκληρο



ΓΡΑΦΟ-ΦΩΝΟΛΟΓΙΚΗ ΕΝΗΜΕΡΟΤΗΤΑ:

-Αναγνωρίζει μεμονομένα τα κεφαλαία φωνήματα του αλφάβητου
-Μπορεί να γράφει τα περισσότερα γράμματα του αλφάβητου
-Αναγνωρίζει πρώτο φώνημα λέξης
-Μπορεί να γράφει το όνομα του
-Αντιγράφει λέξεις
-Εντοπίζει μεμονωμένα φωνήματα μέσα σε λέξη

ΕΝΝΟΙΕΣ ΧΩΡΟΥ

Αναγνωρίζει την θέση αντικειμένων και του σώματός του καθώς και τοποθετεί αντικείμενα στο χώρο του σύμφωνα με τις έννοιες: Πάνω-κάτω, μέσα-έξω, μπροστά-πίσω, κοντά-μακριά, ανάμεσα, δεξιά-αριστερά, πρώτο-τελευταίο.

ΕΝΝΟΙΕΣ ΧΡΟΝΟΥ

-Αντιλαμβάνεται τις έννοιες: πρωί-μεσημέρι-βράδυ, πριν-τώρα-μετά, χθές-σήμερα-αύριο.
-Λέει τις ημέρες της εβδομάδας με την σειρά.
-Γνωρίζει τις εποχές του χρόνου και τις συνδέει με τα αντίστοιχα καιρικά φαινόμενα (π.χ. Τον χειμώνα κάνει κρύο)

ΒΑΣΙΚΑ ΚΡΙΤΗΡΙΑ ΣΧΟΛΙΚΗΣ ΕΤΟΙΜΟΤΗΤΑΣ ΑΠΟ ΤΗΝ ΨΥΧΟ-ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΣΚΟΠΙΑ:

Σύμφωνα με τη λογική του δείκτη νοημοσύνης, «έξυπνος μαθητής», για παράδειγμα, θεωρείται αυτός που λέει απ' έξω το μάθημα, που γράφει χωρίς λάθη, και που αποκτά εύκολα γνώσεις. Το πώς νιώθει, πώς αντιδρά ως παιδί, κανένας δείκτης νοημοσύνης δε μπορεί να το δείξει.

Τα βασικά χαρακτηριστικά της ψυχοσυναισθηματικής ανάπτυξης ενός παιδιού κατά την ένταξή του στην Α δημοτικού αφορούν στο τρίπτυχο της συναισθηματικής νοημοσύνης, της συναισθηματικής ωριμότητας και της συναισθηματικής ετοιμότητας, και μπορούν να κατηγοριοποιηθούν ως εξής:

Συναισθηματική νοημοσύνη

Η ικανότητα να ερμηνεύει κανείς τα συναισθήματα των άλλων και να διαχειρίζεται διαπροσωπικές σχέσεις και αλληλεπιδράσεις. Η ικανότητα για λογικό έλεγχο των συναισθημάτων για χειρισμό της συναισθηματικής ζωής με την νοημοσύνη. Η ικανότητα να γνωρίζει κανείς πότε βιώνει ένα συναίσθημα, να μπορεί να κατονομάσει τα συναισθήματα του άλλου αλλά και να αναγνωρίζει και να είναι ευαίσθητος στην εκδήλωση των συναισθημάτων των άλλων (Goleman, 1995).

Συναισθηματική ωριμότητα

Συναισθηματική (αλλιώς ψυχοκοινωνική) ωριμότητα είναι η ικανότητα προσαρμογής ενός παιδιού στις απαιτήσεις του περιβάλλοντος, η οποία εξαρτάται από τα ατομικά χαρακτηριστικά του παιδιού σε συνδυασμό με τη διαπαιδαγώγησή του.

Τα επτά συστατικά στοιχεία της συναισθηματικής ετοιμότητας σύμφωνα με τον Gottman.J., 1997:

-ΕΜΠΙΣΤΟΣΥΝΗ : Η αίσθηση ελέγχου και άνεσης του παιδιού πάνω στο σώμα του και στη συμπεριφορά του.

-ΠΕΡΙΕΓΓΕΙΑ : Η εντύπωση του παιδιού ότι η ανακάλυψη και οι καινούργιες ιδέες του θα είναι θετικές και θα προσφέρουν ικανοποίηση

-ΠΡΟΘΕΣΗ: Περιέχει την αίσθηση επιδεξιότητας και αποτελεσματικότητας

-ΑΥΤΟΕΛΕΓΧΟΣ: Η ικανότητα του παιδιού να συντονίζει και να ελέγχει την δράση του με τρόπους κατάλληλους προς την ηλικία του

-ΑΡΜΟΝΙΚΟΤΗΤΑ: Η ικανότητα του παιδιού να σχετίζεται με τους άλλους έχοντας άμεση κατανόηση και συναίσθημα για την κατάσταση τους

-ΙΚΑΝΟΤΗΤΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ : Η επιθυμία και η ικανότητα του παιδιού να ανταλλάσει, με τρόπο λεκτικό κυρίως, ιδέες και συναισθήματα με τους συνομηλίκους του

-ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΜΟΤΗΤΑ: Η δεξιότητα του παιδιού και η συναισθηματική ωριμότητα να συνεργάζεται στις ομαδικές δραστηριότητες

Συνοψίζοντας κατά την ένταξη στο δημοτικό σχολείο το παιδί θα πρέπει να έχει κατακτήσει σε συναισθηματικό επίπεδο τα εξής:

-την ικανότητα αναγνώρισης των συναισθημάτων του
-την ικανότητα να δείχνει/εξωτερικεύει τα συναισθήματά του



-την

ικανότητα ρύθμισης/ διαχείρισης συναισθημάτων του
-την ικανότητα ενσυναίσθησης (αρχίζει να κατανοεί τα συναισθήματα των άλλων)
-βασικές ικανότητες διαχείρισης σχέσεων (π.χ. διαχείριση συγκρούσεων, επικοινωνία, ομαδικότητα-- □

συνεργατικότητα)

-να έχει αρχίσει να αναπτύσσεται η ικανότητα στρατηγικών για την επίλυση προβλημάτων της καθημερινής ζωής

-να μπορεί να διαχωρίζει το φανταστικό από το πραγματικό

-να αντέχει στην πίεση και να είναι σε θέση να ζητήσει βοήθεια αν χρειαστεί

-να μπορεί να διαχειριστεί την ματαίωση

ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ ΚΑΙ ΟΙ ΔΑΣΚΑΛΟΙ:

Ένας από τους παράγοντες που δρουν θετικά στην συναισθηματική ανάπτυξη του παιδιού είναι η φροντίδα σε νηπιαγωγεία ή παιδικούς σταθμούς. Έρευνες έχουν δείξει ότι τα παιδιά που φοιτούν σε νηπιαγωγεία εκδηλώνουν πιο έντονα την πρωτοβουλία, την αυτονομία, την αυτοπεποίθηση σε σχέση με τα παιδιά που δεν φοιτούν. Το νηπιαγωγείο συνεπώς διευκολύνει την προσαρμογή των παιδιών, την αυτονομία και την αυτοέκφραση.

Το ψυχολογικό κλίμα μέσα στην τάξη παίζει σημαντικό ρόλο στην συναισθηματική ανάπτυξη του παιδιού. Οποιοδήποτε η γενικότερη συμπεριφορά, στάση, προσωπικότητα, σχέση, συνεργασία, επαφή που έχουν οι νηπιαγωγοί με τα παιδιά στην τάξη παίζει σπουδαίο ρόλο.

Τα πέντε στάδια συναισθηματικής αγωγής που συνήθως ακολουθούν οι γονείς (Gottman, 2000) και σωστό είναι να ακολουθούν και οι δάσκαλοι για να ενδυναμώσουν την συναισθηματική ωριμότητα των παιδιών:

- Έχουν επίγνωση των συναισθημάτων των παιδιών.
- Βλέπουν το συναίσθημα ως μια ευκαιρία για οικειότητα και διδασκαλία.
- Ακούν προσεκτικά, δείχνουν ενσυναίσθηση και αναγνωρίζουν τα αρνητικά συναισθήματα του παιδιού.
- Βοηθούν το παιδί να βρει λέξεις για να κατονομάσει τα συναισθήματά του.
- Τέλος, θέτουν όρια και ταυτόχρονα εξετάζουν κάποιες στρατηγικές για την επίλυση του συγκεκριμένου προβλήματος.

Με ένα παράδειγμα:

Σε περίπτωση που το παιδί εκφράζει το συναίσθημα του με τρόπο μη αποδεκτό (κλωτσάει αντικείμενα) δεν απορρίπτουμε το συναίσθημα του παιδιού αλλά την λάθος συμπεριφορά π.χ. «δεν είναι κακό να είσαι θυμωμένος, όμως είναι κακό να κλωτσάς αντικείμενα». Του αναφέρουμε ότι θα τα καταφέρει την επόμενη φορά να θυμάται ότι μπορεί να βρει τρόπους να ηρεμεί. Του προτείνουμε τρόπους και του ζητούμε να τους θυμάται. Του υπενθυμίζουμε κάθε φορά που θα επαναλάβει την 'λάθος' αντίδραση τι πρέπει να κάνει. Φροντίζουμε να το επιβραβεύουμε για τις σωστές συμπεριφορές και για την προσπάθεια του π.χ. «σήμερα κατάφερες να....., χαίρομαι πολύ για εσένα» και αποφεύγουμε να τονίζουμε τις λάθος συμπεριφορές «πρόσεχε μην μαλώσεις με τα άλλα παιδιά την επόμενη φορά!»

ΣΥΝΟΨΙΖΟΝΤΑΣ.....ΣΤΗΝ ΠΡΑΞΗ

- ⇒ ΟΡΓΑΝΩΣΤΕ ΤΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ ΩΣΤΕ ΝΑ ΜΠΟΡΕΙ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΝΑ ΕΝΤΑΧΘΕΙ ΚΑΙ ΝΑ ΑΝΤΕΞΕΙ ΤΙΣ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΕΣ ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ
- ⇒ ΒΟΗΘΗΣΤΕ ΤΟ ΝΑ ΑΝΕΞΑΡΤΗΤΟΠΟΙΗΘΕΙ
- ⇒ ΑΚΟΥΣΤΕ ΤΟ ΚΑΙ ΜΙΛΗΣΤΕ ΑΠΛΑ...ΣΤΗΝ ΓΛΩΣΣΑ ΤΟΥ (ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΑΚΡΟΑΣΗ)
- ⇒ ΔΩΣΤΕ ΤΟΥ ΧΡΟΝΟ ΚΑΙ ΧΩΡΟ
- ⇒ ΔΕΙΞΤΕ ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ-ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗ ΣΤΗΝ ΔΥΣΚΟΛΙΑ
- ⇒ ΒΟΗΘΗΣΤΕ ΤΟ ΝΑ ΕΚΦΡΑΣΕΙ ΤΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ ΤΟΥ
- ⇒ ΚΑΘΟΡΙΣΤΕ ΣΑΦΗ ΟΡΙΑ
- ⇒ ΔΙΝΕΤΕ ΚΑΤΑΝΟΗΤΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ
- ⇒ ΕΣΤΙΑΣΤΕ ΣΤΗΝ ΠΡΟΣΠΑΘΕΙΑ
- ⇒ ΝΑ ΕΧΕΤΕ ΡΕΑΛΙΣΤΙΚΕΣ ΠΡΟΣΔΟΚΙΕΣ

ΖΗΤΗΣΤΕ ΒΟΗΘΕΙΑ ΦΡΟΝΤΙΖΟΝΤΑΣ ΕΤΣΙ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΣΑΣ ΑΛΛΑ ΚΑΙ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΣΑΣ!!

Γιατί τα παιδιά μας βαριούνται τόσο στο σχολείο, δε μπορούν να περιμένουν, απογοητεύονται εύκολα και δεν έχουν πραγματικούς φίλους;



Είμαι εργοθεραπεύτρια με 10ετή εμπειρία εργασίας με παιδιά, γονείς και δασκάλους. Συμφωνώ απόλυτα με το μήνυμά του δασκάλου που έλαβα πρόσφατα, ότι τα παιδιά μας χειροτερεύουν όλο και περισσότερο σε πολλά ζητήματα. Ακούω σταθερά την ίδια άποψη από κάθε δάσκαλο που συναντώ. Αδιαμφισβήτητα, καθ' όλη τη διάρκεια της δεκαετούς πορείας μου, έχω δει και εξακολουθώ να βλέπω μία πτώση στην κοινωνική, συναισθηματική και ακαδημαϊκή λειτουργικότητα των μαθητών καθώς και μια ραγδαία αύξηση των μαθησιακών δυσκολιών και άλλων διαγνώσεων.

Τα σημερινά παιδιά έρχονται στο σχολείο συναισθηματικά ανώριμα για μάθηση και υπάρχουν πολλοί παράγοντες στο μοντέρνο τρόπο ζωής μας που συμβάλουν σε αυτό. Όπως γνωρίζουμε, ο εγκέφαλός μας είναι εύπλαστος. Μέσα από το περιβάλλον μπορούμε να κάνουμε τον εγκέφαλο δυνατότερο ή πιο αδύναμο. Ειλικρινά πιστεύω ότι παρά τις καλύτερες προθέσεις μας δυστυχώς σχηματίζουμε τον εγκέφαλο των παιδιών μας προς τη λάθος κατεύθυνση. Και παρακάτω θα αναλύσω το γιατί...

Τεχνολογία

Δωρεάν υπηρεσία φύλαξης παιδιών...η πληρωμή σας περιμένει στην επόμενη γωνία. Παίζουμε με το νευρικό σύστημα των παιδιών μας, με την προσοχή τους και με την ικανότητά τους να λαμβάνουν ικανοποίηση καθυστερημένα. Συγκρινόμενη με την εικονική πραγματικότητα, η καθημερινή ζωή είναι βαρετή. Όταν τα παιδιά έρχονται στην τάξη, εκτίθενται σε ανθρωπινες φωνές και οπτικά ερεθίσματα που έρχονται σε αντίθεση με το βομβαρδισμό από εκρήξεις γραφικών και ειδικά εφέ τα οποία είναι συνηθισμένα να βλέπουν στις οθόνες τους. Μετά από ώρες εικονικής πραγματικότητας το να επεξεργαστείς πληροφορίες σε μια τάξη γίνεται όλο και μεγαλύτερη πρόκληση για τα παιδιά μας επειδή ο εγκέφαλός τους είναι συνηθισμένος στα υψηλά

επίπεδα διέγερσης που προκαλούν τα βιντεοπαιχνίδια. Η ανικανότητα της επεξεργασίας χαμηλότερων επιπέδων διέγερσης καθιστά τα παιδιά ευάλωτα στις ακαδημαϊκές προκλήσεις. Επιπλέον, η τεχνολογία μας αποσυνδέει συναισθηματικά από τα παιδιά μας και τις οικογένειές μας. Η συναισθηματική διαθεσιμότητα των γονέων είναι η κύρια τροφή για τον εγκέφαλο των παιδιών μας. Δυστυχώς, βαθμιαία στερούμε από τα παιδιά μας αυτή την τροφή.

Τα παιδιά παίρνουν οτιδήποτε θέλουν, ακριβώς τη στιγμή που το θέλουν

“Πεινάω!!” Σε ένα δευτερόλεπτο θα σταματήσω στη μέση του δρόμου. “Διψάω! Να ένα μηχανήμα νερού. “Βαριέμαι!” Πάρε το τηλέφωνό μου” Η ικανότητα να λαμβάνεις ικανοποίηση με κάποια καθυστέρηση είναι ένα ένα από τα κλειδιά της μελλοντικής επιτυχίας. Έχουμε όλες τις καλές προθέσεις να κάνουμε τα παιδιά μας ευτυχισμένα, αλλά δυστυχώς τα κάνουμε χαρούμενα βραχυπρόθεσμα και δυστυχισμένα μακροπρόθεσμα. Το να είσαι ικανός να απολαμβάνεις αυτό που θες με κάποια καθυστέρηση σημαίνει ότι έχεις την ικανότητα να λειτουργείς σε συνθήκες στρες. Τα παιδιά μας βαθμιαία γίνονται λιγότερο εξοπλισμένα να τα βγάζουν πέρα ακόμα και με λίγο στρες κάτι το οποίο μελλοντικά γίνεται τεράστιο εμπόδιο στο να επιτύχουν στη ζωή. Η ανικανότητα για καθυστερημένη ικανοποίηση φαίνεται συχνά στις αίθουσες διδασκαλίας, στα εμπορικά κέντρα, στα εστιατόρια και στα καταστήματα παιχνιδιών τη στιγμή που το παιδί ακούει όχι επειδή οι γονείς έχουν διδάξει τον εγκέφαλο των παιδιών τους να παίρνει αυτό που θέλει ακριβώς τη στιγμή που το θέλει.

Τα παιδιά κυριαρχούν στον κόσμο

“Στο γιο μου δεν αρέσουν τα λαχανικά”, “Δεν της αρέσει να πηγαίνει για ύπνο νωρίς”, “Δεν της αρέσει να τρώει πρωινό”, “Δεν της αρέσουν τα παιχνίδια, αλλά είναι πολύ καλή με το IPAD” “Δεν του αρέσει να ντύνεται μόνος του”,

“βαριέται να τρώει μόνη της”. Αυτά ακούω διαρκώς από τους γονείς. Από πότε τα παιδιά μας διδάσκουν πώς να είμαστε γονείς; Αν αφήσουμε τα πάντα να εξαρτώνται από αυτά, το μόνο που θα κάνουν θα είναι να τρώνε μακαρόνια με τυρί, παγωτό, να βλέπουν τηλεόραση, να παίζουν με τα tablet τους και ποτέ να μην πηγαίνουν για ύπνο. Τι καλό τους κάνουμε με το να τους δίνουμε αυτό που θέλουν όταν γνωρίζουμε ότι δεν είναι καλό γι'αυτά; Χωρίς την κατάλληλη τροφή και ένα καλό βραδινό ύπνο τα παιδιά μας έρχονται στο σχολείο ευερέθιστα, αγχωμένα και με διάσπαση προσοχής. Επιπρόσθετα, τους στέλνουμε το λάθος μήνυμα. Μαθαίνουν ότι μπορούν να κάνουν ότι θέλουν και να μην κάνουν ότι δε θέλουν. Η λογική ότι πρέπει να το κάνεις απουσιάζει. Δυστυχώς, προκειμένου να πετύχουμε τους διάφορους στόχους στη ζωή μας πρέπει να κάνουμε ότι είναι απαραίτητο το οποίο μπορεί να μη συμπίπτει πάντοτε με αυτό που θέλουμε. Για παράδειγμα, αν ένα παιδί θέλει να είναι άριστος μαθητής, πρέπει να μελετήσει σκληρά. Αν θέλει να γίνει ένας επιτυχημένος ποδοσφαιριστής, πρέπει να προπονηθεί κάθε μέρα. Τα παιδιά μας γνωρίζουν πολύ καλά τι θέλουν αλλά δυσκολεύονται πάρα πολύ να κάνουν αυτό που πρέπει για να πετύχουν τους στόχους τους. Αυτό έχει σαν αποτέλεσμα ανεπίτευκτους στόχους και αφήνει τα παιδιά απογοητευμένα.

Ατέλειωτη διασκέδαση

Έχουμε δημιουργήσει έναν κόσμο τεχνητής διασκέδασης για τα παιδιά μας. Δεν υπάρχουν βαρετές στιγμές. Αμέσως μόλις ησυχάσουν, τρέχουμε να τα διασκεδάσουμε πάλι γιατί διαφορετικά νοιώθουμε ότι δεν εκπληρώνουμε το γονεϊκό μας καθήκον. Ζούμε σε δύο διαφορετικούς κόσμους. Αυτά έχουν τον κόσμο της διδασκαλίας κι εμείς τον κόσμο της δουλειάς. Γιατί τα παιδιά μας δε μας βοηθάνε στην κουζίνα ή στη μπουγάδα; Γιατί δε μαζεύουν τα παιχνίδια τους; Τα παραπάνω αποτελούν βασική μονότονη εργασία που εκπαιδεύουν τον εγκέφαλο να μπορεί να εργάζεται και να είναι λειτουργικός υπό συνθήκες βαρεμάρας. Είναι το ίδιο τμήμα του εγκεφάλου που χρησιμοποιείς ώστε να είσαι τελικά εκπαιδευσιμος στο σχολείο. Όταν οι μαθητές έρχονται στο σχολείο και είναι ώρα για αντιγραφή, η απάντησή τους είναι δε μπορώ. Είναι πολύ δύσκολο, πολύ βαρετό. Γιατί; Επειδή το αντίστοιχο τμήμα του εγκεφάλου δεν είναι εκπαιδευμένο για να εκτελεί βαρετές και μονότονες δουλειές. Εκπαιδεύεται όμως μέσα από τη δουλειά.

Περιορισμένη κοινωνική αλληλεπίδραση.

Είμαστε όλοι απασχολημένοι, έτσι δίνουμε στα παιδιά μας ψηφιακά γκατζετάκια και τα καθιστούμε επίσης απασχολημένα. Τα παιδιά στο παρελθόν συνήθιζαν να παίζουν έξω, όπου στα μη δομημένα φυσικά περιβάλλοντα, μάθαιναν και εξασκούσαν τις κοινωνικές τους δεξιότητες. Δυστυχώς, η τεχνολογία αντικατέστησε το εξωτερικό παιχνίδι. Επίσης, η τεχνολογία έκανε τους γονείς λιγότερο διαθέσιμους στην κοινωνική αλληλεπίδραση με τα παιδιά τους. Προφανώς, τα παιδιά μας έμειναν πίσω...το γκατζετάκι που έχουμε για το μπιέμπι σίτινγκ δεν είναι εξοπλισμένο για την ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων. Οι πιο επιτυχημένοι άνθρωποι είναι αυτοί που έχουν θαυμάσιες κοινωνικές δεξιότητες. Αυτή είναι η προτεραιότητα!

Ο εγκέφαλος είναι σαν ένας μυσ που είναι εκπαιδύσιμος και επανεκπαιδύσιμος. Εάν θέλεις το παιδί σου να είναι ικανό να κάνει ποδήλατο, του διδάσκεις ποδηλατικές ικανότητες. Εάν θέλεις το παιδί σου να μάθει να περιμένει, πρέπει να του διδάξεις υπομονή. Εάν θέλεις το παιδί σου να μάθει να κοινωνικοποιείται, πρέπει να του διδάξεις κοινωνικές δεξιότητες. Το ίδιο εφαρμόζεται και σε όλες τις άλλες δεξιότητες. Δεν υπάρχει διαφορά!!

Ωστόσο, μπορείς να κάνεις τη διαφορά στη ζωή του παιδιού σου με το να εκπαιδεύσεις τον εγκέφαλό του έτσι ώστε το παιδί σου να λειτουργεί με επιτυχία σε κοινωνικό, συναισθηματικό και ακαδημαϊκό επίπεδο. Και να πως:

Περιορίσε την τεχνολογία και επανασυνδέσου συναισθηματικά με το παιδί σου.

- Κάντε οικογενειακά δείπνα, βραδιές επιτραπέζιων παιχνιδιών, πηγαίνετε για ποδηλασία, περιπάτους στην εξοχή με φακό τη νύχτα.
- Εκπληξτε τα με λουλούδια, μοιραστείτε μαζί τους ένα χαμόγελο, γαργαλήστε τα, βάλτε

ένα σημείωμα αγάπης πίσω από την πλάτη τους ή κάτω από το μαξιλάρι τους, κάντε τους έκπληξη με το να τα πάτε έξω για φαγητό μια μέρα μετά το σχολείο, χορέψτε μαζί, μπουσουλήστε μαζί, παίξτε μαξιλαιοπόλεμο.

Εκπαιδεύστε τα στην καθυστέρημένη απόλαυση

- Κάντε τα να περιμένουν!!! Δεν



είναι κακό να περνάνε διαστήματα όπου βαριούνται. Είναι το πρώτο βήμα προς τη δημιουργικότητα.

- Βαθμιαία αυξήστε το χρόνο μεταξύ του θέλω και του παίρνω
- Αποφύγετε τη χρήση τεχνολογίας στο αυτοκίνητο και στο εστιατόριο. Αντί γι' αυτό διδάξτε τα να περιμένουν συζητώντας ή παίζοντας.
- Περιορίστε το διαρκές τσιμπολόγημα.

Μη φοβάστε να θέσετε όρια. Τα παιδιά χρειάζονται όρια για να μεγαλώσουν ευτυχισμένα και υγιή.

- Κάντε ένα χρονοδιάγραμμα για τις ώρες των γευμάτων, του ύπνου και τη χρήση τεχνολογίας.
- Σκεφτείτε τι είναι καλό γι'αυτά, όχι τι θέλουν και τι δε θέλουν. Θα σας ευχαριστούν αργότερα στη ζωή τους γι' αυτό. Η γονεϊκότητα είναι μια σκληρή δουλειά. Πρέπει να είσαι δημιουργικός ώστε να τα καταφέρεις να κάνουν αυτό που είναι καλό γι'αυτά επειδή τις

περισσότερες φορές αυτό έρχεται σε αντίθεση με αυτό που θέλουν.

- Τα παιδιά χρειάζονται πρωινό και θερεπτικό φαγητό. Πρέπει να ξοδέψουν χρόνο σε εξωτερικές δραστηριότητες και να πάνε για ύπνο σε μία σταθερή ώρα έτσι ώστε να έρθουν στο σχολείο διαθέσιμα για μάθηση την επόμενη μέρα.
 - Μετατρέψτε τα πράγματα που δεν τους αρέσει να κάνουν ή να προσπαθούν σε διασκεδαστικά, συναισθηματικά διεγερτικά παιχνίδια.
- **Διδάξτε τα παιδιά σαν να κάνουν μονότονη εργασία από τα πρώτα χρόνια της ζωής τους καθώς αυτό είναι το θεμέλιο για τη μελλοντική εργασιομότητα.**
 - Να διπλώνουν τα στεγνά ρούχα, να μαζεύουν τα παιχνίδια τους, να απλώνουν ρούχα, να τοποθετούν στη θέση τους τα ψώνια από το σούπερ μάρκετ και τη λαϊκή, να στρώνουν τραπέζι, να στρώνουν το κρεβάτι τους
- Να είστε δημιουργικοί. Αρχικά κάντε το διεγερτικό και διασκεδαστικό έτσι ώστε ο εγκέφαλός τους να το συνδέσει με κάτι θετικό

Διδάξτε τους κοινωνικές δεξιότητες

- Διδάξτε τους να περιμένουν τη σειρά τους, να μοιράζονται, να χάνουν, να κερδίζουν, να συμβιβάζονται, να λένε όμορφα λόγια στους άλλους, να χρησιμοποιούν το ευχαριστώ και το παρακαλώ.

Από την εμπειρία μου σαν εργοθεραπεύτρια, τα παιδιά αλλάζουν, τη στιγμή που οι γονείς αλλάζουν την οπτική τους για τη γονεϊκότητα. Βοηθήστε τα παιδιά σας να επιτύχουν στη ζωή εκπαιδεύοντας και δυναμώνοντας τον εγκέφαλό τους νωρίς παρά αργά!!!

Victoria Prooday

πηγή: Μετάφραση, Ιωάννα Φωτοπούλου, <http://enabloggiatosxoleio.gr>
<http://yourot.com/parenting-club/2016/5/16/why-our-children-are-so-bored-at-school-cant-wait-and-get-so-easily-frustrated>

8 πράγματα που πρέπει να θυμόμαστε για την ανάπτυξη του παιδιού

Μετάφραση, Ελεύθερη επιμέλεια κειμένου Αλεξάνδρου Στράτος, Διευθυντής Κέντρου Προσέγγιση

Με βάση την καλά εδραιωμένη βάση γνώσεων και έρευνα για περισσότερο από μισό αιώνα, οι πρόσφατες εξελίξεις στην επιστήμη της ανάπτυξης της πρώιμης παιδικής ηλικίας και την υποκείμενη βιολογία της, μας παρέχουν μια ουσιαστικότερη προσέγγιση για την φυσιολογική ανάπτυξη των παιδιών: (1), Μία βαθύτερη κατανόηση που μπορεί να ενημερώσει και να βελτιώσει την υπάρχουσα πολιτική και πρακτική και (2). Να βοηθήσει στη δημιουργία νέων τρόπων σκέψης για λύσεις σε αυτές τις δυσκολίες.

Σε αυτή τη σημαντική λίστα που παρουσιάζεται στην έκθεση "From Best Practices to Breakthrough Impacts", το Center on the Developing Child (Κέντρο για το Αναπτυσσόμενο Παιδί) θέτει ορισμένες βασικές πτυχές της πρόωρης ανάπτυξης του παιδιού.

1. **Ακόμα και τα βρέφη και τα μικρά παιδιά επηρεάζονται αρνητικά όταν σημαντικές πιέσεις απειλούν το οικογενειακό τους περιβάλλον και τα περιβάλλοντα φροντίδας.**

Ανεπιθύμητες εμπειρίες στις οποίες εξετάθη το έμβρυο και το βρέφος ή το παιδί της πρώιμης παιδικής ηλικίας μπορεί να οδηγήσουν σε βιο-χημικές διαταραχές στον εγκέφαλο που μπορεί να διαρκέσουν μια ζωή. Οι βιολογικές μεταβολές που συνδέονται με αυτές τις εμπειρίες μπορούν να επηρεάσουν πολλαπλά συστήματα οργάνων και να αυξήσουν τον κίνδυνο όχι μόνο για βλάβες στη μελλοντική ικανότητα και συμπεριφορά μάθησης, αλλά και για κακά αποτελέσματα σωματικής και ψυχικής υγείας.

2. Η ανάπτυξη είναι μια εξαιρετικά διαδραστική διαδικασία και τα αποτελέσματα στη ζωή δεν καθορίζονται αποκλειστικά από τα γονίδια.

Το περιβάλλον στο οποίο αναπτύσσεται πριν και αμέσως μετά τη γέννηση το βρέφος παρέχει ισχυρές εμπειρίες που τροποποιούν χημικά ορισμένα γονίδια με τρόπους που στη συνέχεια καθορίζουν πόσο και πότε εκφράζονται. Οι γενετικοί παράγοντες ασκούν ισχυρές επιδράσεις στην ανθρώπινη ανάπτυξη. Από την άλλη όμως, οι περιβαλλοντικοί παράγοντες έχουν τη δυνατότητα να αλλάξουν την οικογενειακή κληρονομικότητα. Για παράδειγμα, τα παιδιά γεννιούνται με την ικανότητα να μάθουν να ελέγχουν τις παρορμήσεις τους, να εστιάζουν την προσοχή και να διατηρούν τις πληροφορίες στη μνήμη. Οι εμπειρίες τους όμως από το πρώτο ήδη έτος της ζωής αποτελούν θεμέλιο για το πόσο καλά αναπτύσσονται αυτές και άλλες δεξιότητες των επιτελικών λειτουργιών.

3. Αν και ο δεσμός με τους γονείς είναι πρωταρχικής σημασίας, τα μικρά παιδιά μπορούν να επωφεληθούν επίσης σημαντικά από τις υπεύθυνα φροντιστικές σχέσεις με άλλα άτομα, τόσο εντός όσο και εκτός της οικογένειας.

Η κυρίαρχη δυναμική της πρωταρχικής σχέσης ενός μικρού παιδιού είναι οι γονείς του. Αποδείχτηκε όμως ότι οι στενές σχέσεις και με άλλους φροντιστικούς και αξιόπιστους ενήλικες δεν παρεμβαίνουν αρνητικά σε αυτή τη δυναμική. Στην πραγματικότητα, πολλοί φροντιστές μπορούν να βοηθήσουν την κοινωνική και συναισθηματική ανάπτυξη των μικρών παιδιών. Οι συχνές λοιπόν διαταραχές στην περίθαλψη και ο υψηλός κίνδυνος κακής ποιότητας αλληλεπιδράσεων στα παιδιά μικρής ηλικίας, μπορούν να υπονομεύσουν την ικανότητα των παιδιών να καθορίσουν ασφαλείς προσδοκίες σχετικά με το εάν και πώς θα ικανοποιηθούν οι ανάγκες τους. Κάτι που μπορεί να «διορθώσει» ένας άλλος φροντιστικά υπεύθυνος ενήλικας.

4. Ένα τεράστιο ποσοστό της αρχιτεκτονικής του εγκεφάλου διαμορφώνεται κατά τα πρώτα τρία χρόνια μετά τη γέννηση, αλλά το παράθυρο ευκαιρίας για την ανάπτυξή της δεν κλείνει στα τρίτα γενέθλια του παιδιού.

Ισχύει μάλιστα το αντίθετο: Οι βασικές πτυχές της λειτουργίας του εγκεφάλου (η ικανότητα να βλέπουμε και να ακούμε αποτελεσματικά), εξαρτώνται σημαντικότερα από πολύ πρώιμες εμπειρίες και ορισμένες πτυχές της συναισθηματικής ανάπτυξης. Και ενώ οι περιοχές του εγκεφάλου που είναι υπεύθυνες για λειτουργίες υψηλότερης δεξιοτήτας (οι περισσότερες κοινωνικές, συναισθηματικές και γνωστικές ικανότητες, συμπεριλαμβανομένων των πολλαπλών πτυχών της εκτελεστικής λειτουργίας) επηρεάζονται επίσης έντονα από πρώιμες επιρροές, αλλά συνεχίζουν να αναπτύσσονται καλά στην εφηβεία και την πρώιμη ενηλικίωση. Η βασική αρχή είναι βέβαια είναι: «Νωρίτερα είναι καλύτερη από αργότερα». Όμως, το παράθυρο ευκαιριών για τους περισσότερους τομείς ανάπτυξης παραμένει ανοιχτό πολύ πέρα από την ηλικία των 3 ετών και παραμένουμε ικανοί να μάθουμε τρόπους να «επεξεργαστούμε» καλά τις προηγούμενες αρνητικές επιπτώσεις ακόμα και στα ενήλικα χρόνια.

5. Η σοβαρή αμέλεια φαίνεται να είναι τουλάχιστον τόσο μεγάλη απειλή για την υγεία και την ανάπτυξη όσο και η σωματική κακοποίηση. Πιθανά μάλιστα, ακόμα μεγαλύτερη.

Σε σύγκριση με τα παιδιά που έχουν υποστεί ανοιχτή σωματική κακοποίηση, τα μικρά παιδιά που έχουν υποστεί παρατεταμένες περιόδους παραμέλησης, παρουσιάζουν πιο σοβαρές γνωστικές διαταραχές, προβλήματα προσοχής, γλωσσικά ελλείμματα, ακαδημαϊκές δυσκολίες, συμπεριφορά απόσυρσης και προβλήματα αλληλεπίδρασης με τους ενήλικες. Αυτό υποδηλώνει ότι η παρατεταμένη διακοπή αλληλεπιδράσεων στις πρώιμες σχέσεις μπορεί να είναι πιο επιζήμια για την αναπτυσσόμενη αρχιτεκτονική του εγκεφάλου από ότι το φυσικό τραύμα. Είναι λάθος λοιπόν το ότι συχνά δίνουμε λιγότερη προσοχή στη σοβαρή αμέλεια από τη σωματική κακοποίηση.

6. Τα μικρά παιδιά που έχουν εκτεθεί σε αντιξοότητες ή βιαιότητες δεν αναπτύσσουν υποχρεωτικά διαταραχές που σχετίζονται με το άγχος και δεν θα εξελιχθούν υποχρεωτικά σε βίαιους ενήλικες.

Παρόλο που τα παιδιά που έχουν αυτές τις εμπειρίες έχουν σαφώς μεγαλύτερο κίνδυνο για δυσμενείς επιπτώσεις στην ανάπτυξη του εγκεφάλου και στην πορεία προβλήματα με επιθετική συμπεριφορά, δεν είναι καταδικασμένα σε κακές εκβάσεις. Μπορούν να βοηθηθούν ουσιαστικά εάν δημιουργηθούν έγκαιρες και αξιόπιστες σχέσεις με άλλους υποστηρικτικούς φροντιστές και παρέχονται κατάλληλες θεραπείες ανάλογα με τις ανάγκες του κάθε παιδιού.

7. Η απλή απομάκρυνση του παιδιού από ένα επικίνδυνο περιβάλλον δεν θα αντιστρέψει αυτόματα τις αρνητικές επιπτώσεις αυτής της εμπειρίας.

Δεν υπάρχει αμφιβολία ότι τα παιδιά που εκτίθενται σε επιβλαβείς καταστάσεις πρέπει να απομακρύνονται αμέσως από αυτές. Παρομοίως, τα παιδιά που υφίστα-

νται σοβαρή παραμέληση θα πρέπει να λαμβάνουν το συντομότερο δυνατόν διορθωτική φροντίδα. Τα παιδιά λοιπόν που έχουν εκτεθεί σε τραυματικές εμπειρίες, πρέπει να μεταφερθούν άμεσα σε περιβάλλοντα που αποκαθιστούν την αίσθηση της ασφάλειας, του ελέγχου και της προβλεψιμότητας. Επιπρόσθετα συνήθως απαιτείται θεραπευτική και υποστηρικτική φροντίδα για να διευκολυνθεί η ανάρρωσή τους.

8. Η ανθεκτικότητα απαιτεί σχέσεις, όχι σκληρό ηρωισμό, ατομικισμό και εγωκεντρισμό.

Η ικανότητα προσαρμογής και ποιότητας ζωής κατά των αντιξοοτήτων αναπτύσσεται μέσω των υποστηρικτικών σχέσεων αλληλεπίδρασης, των βιολογικών συστημάτων και της γονιδιακής έκφρασης. Η ευρέως διαδεδομένη αλλά λανθασμένη πεποίθηση μέχρι τώρα ήταν ότι οι άνθρωποι δεν χρειάζεται παρά απλά να επιστρατεύσουν μόνο μια ηρωική δύναμη χαρακτήρα. Η επιστημονική έρευνα πια μας λέει ότι η αξιόπιστη παρουσία τουλάχιστον μιας υποστηρικτικής σχέσης και πολλαπλών ευκαιριών για την ανάπτυξη αποτελεσματικών δεξιοτήτων αντιμετώπισης αποτελούν τα βασικά δομικά στοιχεία για την ενίσχυση της ικανότητας να αντιδρούμε αποτελεσματικά σε σημαντικές αντιξοότητες.

Πηγή: Center on the Developing Child at Harvard University (2016). 8 Things to Remember about Child Development. Retrieved from www.developingchild.harvard.edu.





«ΟΙ ΜΙΚΡΟΙ ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟΙ»

ΜΙΑ ΦΙΛΙΚΗ ΒΟΗΘΕΙΑ

Μια φορά κι έναν καιρό ήταν ένα κοριτσάκι που έπεσε μέσα σε ένα βουνό κι άρχισε να φωνάζει βοήθεια. Έπειτα ήρθε να τη βοηθήσει ένα κατσικάκι. Όταν πήγαν στο σπίτι του κατσικιού, το κατσικάκι γνώρισε το κοριτσάκι στους γονείς του. Την υποδέχτηκαν και ζήσαν σαν οικογένεια όλοι μαζί. Τέλος

Δέσποινα 11 ετών

ΙΔΕΕΣ ΓΙΑ ΟΤΑΝ ΒΑΡΙΕΣΤΕ

Να τί μπορείτε να κάνετε φίλοι μου...

- Να λέμε στον εαυτό μας «έχω διάθεση, έχω διάθεση, έχω διάθεση...»
- Να ακούμε μουσική
- Να παίζουμε οικογενειακά παιχνίδια
- Να βοηθάμε κάποιον στη δουλειά
- Βόλτα με έναν φίλο στο πάρκο για καθαρό αέρα
- Μια οικογενειακή ταινία
- Και αν κουραστείτε από κάποια από αυτά, ρίξτε κανένα υπνάκο!!

ΒΑΓΚΕΛ, 11 ετών

ΤΙ ΣΗΜΑΙΝΕΙ ΤΟ ΜΠΑΣΚΕΤ ΓΙΑ ΜΕΝΑ:

Το μπάσκετ είναι ένα ομαδικό παιχνίδι με χαρά. Χρειάζεται να είσαι μέλος σε μια ομάδα η οποία θα συνεργάζεται. Πρώτα απ'όλα χρειάζεται σκέψη, συγκέντρωση και σωματική δύναμη. «Πρέπει να τρέξεις γρήγορα πριν έρθουν οι αμυντικοί». Όταν είμαστε ενωμένοι, καταφέρνουμε να κερδίζουμε!!!

Το αγαπώ γιατί με κάνει ευτυχισμένη.

Λαμπρινή, 10 ετών

ΤΙ ΕΝΤΥΠΩΣΙΑΚΟ ΥΠΑΡΧΕΙ ΣΤΗ ΣΑΝΤΟΡΙΝΗ

Η Σαντορίνη είναι ένα νησί που δεν είναι σαν τα άλλα γιατί πριν από πολλά χρόνια το ηφαίστειο εξεράγη. Η έκρηξη αυτή έκοψε το νησί στα 2 όπου το μισό βούλιαξε και το άλλο μισό δεν έπαθε τίποτα. Σε αυτό που δεν

βούλιαξε οι άνθρωποι έχτισαν τα σπίτια τους έχοντας από κάτω γκρεμό! Η θέα από ψηλά είναι εντυπωσιακή γι'αυτό και την επισκέπτεται και πολύς κόσμος από διάφορες χώρες.

Μανώλης, 11,5 ετών

ΤΟ ΧΩΡΙΟ ΜΟΥ

Το χωριό μου το λένε Αϊ Γιάννη και βρίσκεται σε ένα βουνό. Εκεί πάω με αυτοκίνητο και έχει πολλές στροφές.

Είναι μεγάλο το χωριό και τα σπιτάκια έχουν κεραμύδια. Το σπίτι της γιαγιάς μου είναι μεγάλο. Έχει το σαλόνι από κάτω και την κρεβατοκάμαρα από πάνω.

Όταν πάω στο χωριό κατεβαίνω στο παράλιο Άστρος για να κάνω μπάνιο στη θάλασσα. Το απόγευμα θα πάμε να φάμε κρέπες με τριμμένο μπισκότο. Στο γυρισμό μου αρέσει να παίζω με τις φίλες μου στην παραλία. Το βράδυ γυρίζω πάνω στο χωριό μου να κοιμηθώ.

Όταν πηγαίνω στο χωριό είμαι χαρούμενη γιατί περνάω φανταστικά. Εύχομαι να ξαναπάω το καλοκαίρι για να κάνω μπάνια με τον παππού και τη γιαγιά.

Νικολέτα, 11 ετών

ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ

1. Πόσα χρόνια είστε στην εταιρία;

Στην εταιρία είμαι από το 2009, 8 χρόνια.

2. Που εκτυπώνεται η εφημερίδα;

Η εφημερίδα εκτυπώνεται σε ένα τυπογραφείο που το έχει αναθέσει ο κύριος Στράτος.

3. Είστε ικανοποιημένη με την εφημερίδα και τη δουλειά σας;

Είμαι πολύ ικανοποιημένη με την εφημερίδα γιατί μου αρέσουν τα άρθρα που γράφετε εσείς τα παιδιά, αλλά και με τη δουλειά μου γιατί μου αρέσει να δουλεύω με εσας τα παιδιά.

Παναγιώτης



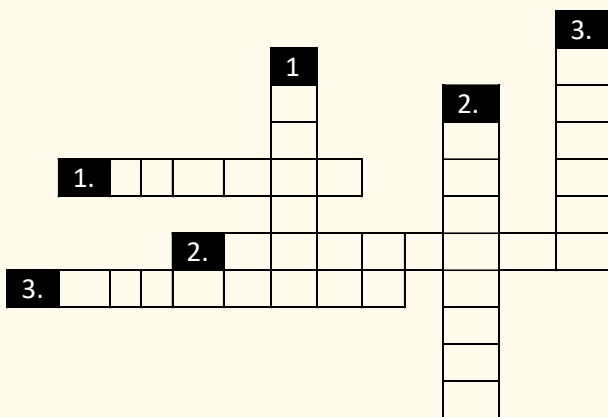
Δραστηριότητα: βρείτε τα κρυμμένα αντικείμενα



This group of barn owls thinks they are alone, but they're not: a variety of objects are hidden all around them! Find and outline these things: an asparagus spear, a banana, a wishbone, a snake, the man in the moon, a snail, a paintbrush, a butter knife, a spiny anteater, a paper clip, a nail, a tent, a feather, and a slice of pizza.



Δραστηριότητα: Σταυρόλεξο



ΟΡΙΖΟΝΤΙΑ

- Ένα ... από μέλισσες με κυνήγησε!
- Όταν θέλω να τρώω συνέχεια με λαιμαργία έχω
- Συνώνυμη ρήμα του 'στολίζω', συνήθως το σπίτι

ΚΑΘΕΤΑ

- Πολύ δυνατός και ξαφνικός θόρυβος
- Στο σχολείο πρέπει να είμαι για να έχω καλούς βαθμούς
- Όταν περπατάνε πολλοί άνθρωποι μαζί και διεκδικούν έξω από τη βουλή κάνουν μια

Μανώλης, 11,5 ετών

Ανδρέας Σημίτης, διευθυντής, κρότος, ηχογράφησης

Προσέγγιση

ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ:

Αλεξάνδρου Στράτος
Βουρλιόγκα Βασιλική
Κοκμοτός Παναγιώτης
Μαρτίνης Γιάννης

Επιμέλεια: Μάντη Ειρήνη



ΣΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΤΕΥΧΟΣ ΣΥΝΕΡΓΑΣΤΗΚΑΝ:

Αλεξάνδρου Στράτος,
Βουρλιόγκα Βάσω
Παπασταύρου Αναστασία
Πιτσικάλη Ντόρα
Δέσποινα, 11 ετών
Βαγκέλ, 11 ετών
Λαμπρινή, 10 ετών
Μανώλης, 11,5 ετών

Παναγιώτης