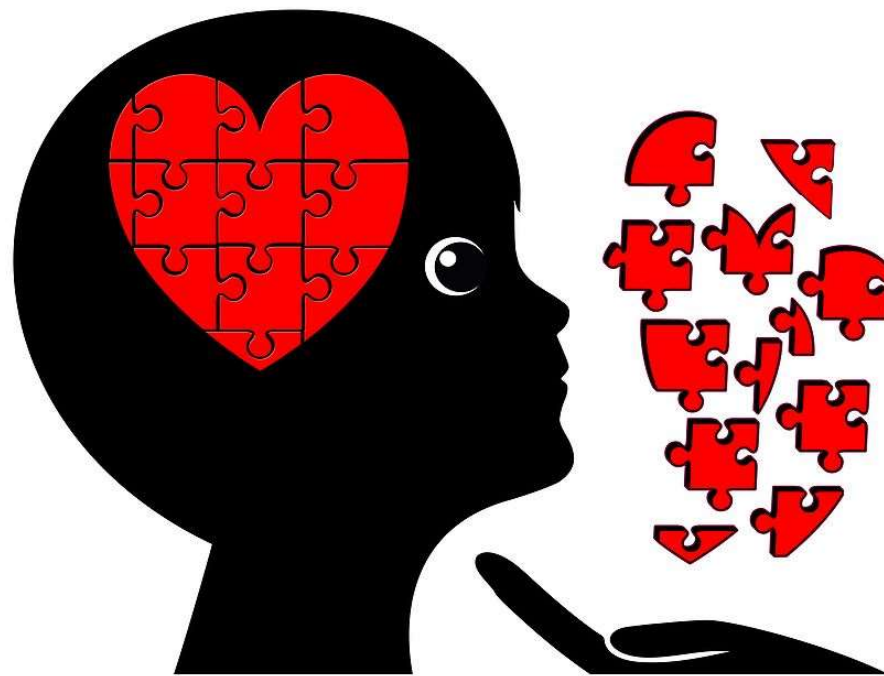


Συναισθηματική ανάπτυξη παιδιών/εφήβων



Πρωτογενή συναισθήματα

- ▶ το σύνολο των συναισθημάτων που είναι **παρόντα κατά τη γέννηση** ή εμφανίζονται πολύ νωρίς μέσα στο πρώτο έτος.
(ικανοποίηση, δυσαρέσκεια)

Δευτερογενή συναισθήματα

- ▶ Δευτερογενή (ή σύνθετα) συναισθήματα: ενσυνείδητα συναισθήματα που εμφανίζονται στη διάρκεια του δεύτερου έτους και εξαρτώνται εν μέρει από τη γνωστική ανάπτυξη.

1^ο Στάδιο: Οι πρώτοι έξι μήνες ζωής (πρώτος μήνας)



- ▶ Το παιδί στον πρώτο μήνα της ζωής εκφράζει το στρες μόνο μέσα από το **κλάμα**.
- ▶ Κλαίω = Πεινάω, Είμαι κουρασμένος, Θέλω προσοχή

Αντανακλαστικό Χαμόγελο



2^{ος} μήνας



- ▶ Δείχνουν τον ενθουσιασμό τους. (Μου αρέσει/δεν μου αρέσει)
- ▶ Εμφανίζεται το «**κοινωνικό χαμόγελο**»

3^{ος} μήνας



- ▶ Αναγνωρίζει τον ενθουσιασμό μας και **ανταποκρίνεται**.
- ▶ Δείχνει την «**βαρεμάρα**» του όταν επαναλαμβάνεται ασταμάτητα μια δραστηριότητα.
- ▶ **Εκνευρίζεται** όταν δεν του δίνουμε προσοχή.

4^{ος} μήνας



▶.Γέλιο!

▶ **Θυμός!** (αποστροφή κεφαλής σε απωθητικό ερέθισμα)

6^{ος} μήνας



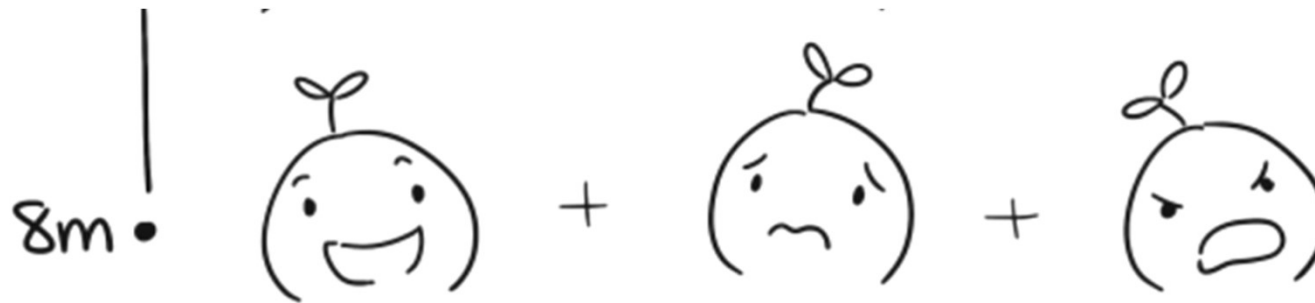
- ▶ **Μιμείται** το συναίσθημα του άλλου (πχ μητρικό χαμόγελο)
- ▶ Κατανοούμε την έκφραση **φόβου** και θυμού στη συμπεριφορά τους

2^ο Στάδιο: 6-12 μήνες (7^{ος} μήνας)



- ▶ Το βρέφος εκφράζει: **Φόβο**, **θυμό**, **περιφρόνηση**, ακόμα και **ντροπή** (ντροπαλό)

8^{ος} μήνας



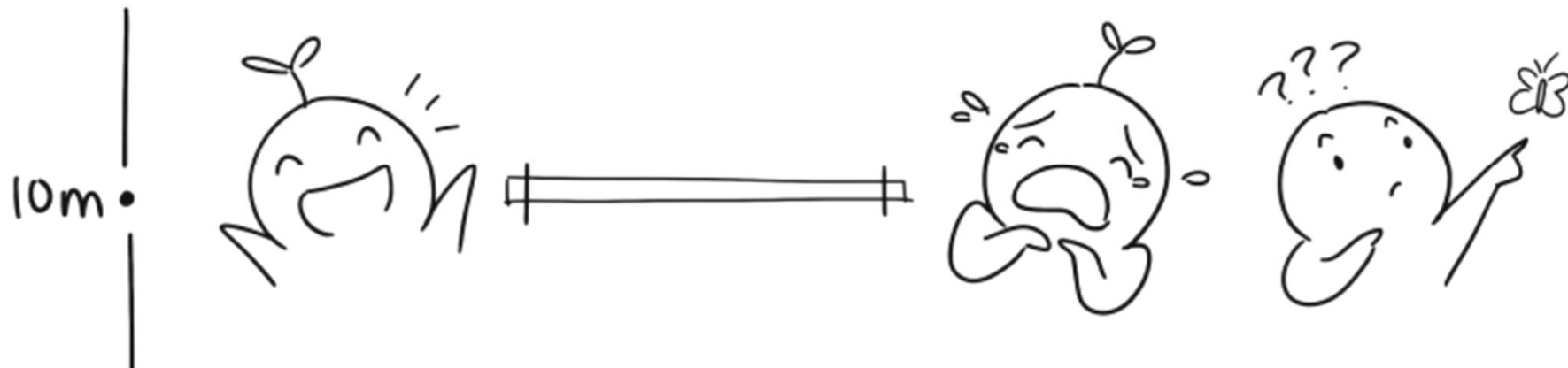
- ▶ Το παιδί πλέον **αναγνωρίζει τα συναισθήματα του άλλου**. Πρώτα δείγματα της προσωπικότητας.

9^{ος} μήνας



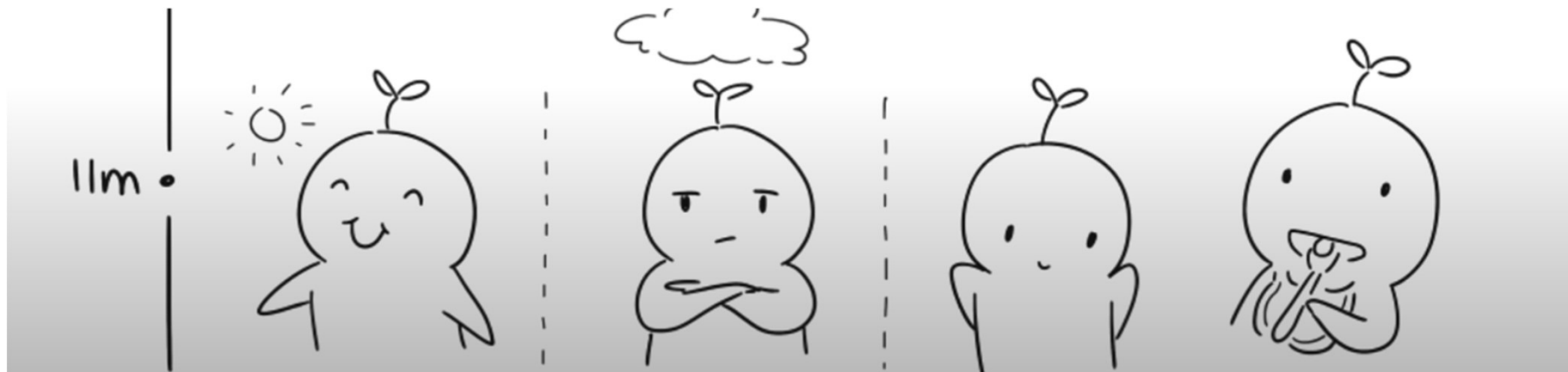
- ▶ Το βρέφος **αναζητά «συντροφιιά»** όταν είναι κουρασμένο.
- ▶ Ορόσημο ανάπτυξης: **Αναγνωρίζει τον εαυτό του στον καθρέφτη!**

10^{ος} μήνας



- ▶ Δείχνει έντονα τα θετικά ή αρνητικά του συναισθήματα
- ▶ Εμφάνιση της «περιέργειας».
- ▶ Ορόσημο Ανάπτυξης: Το παιδί **δείχνει** με το δάχτυλο!

11^{ος} μήνας



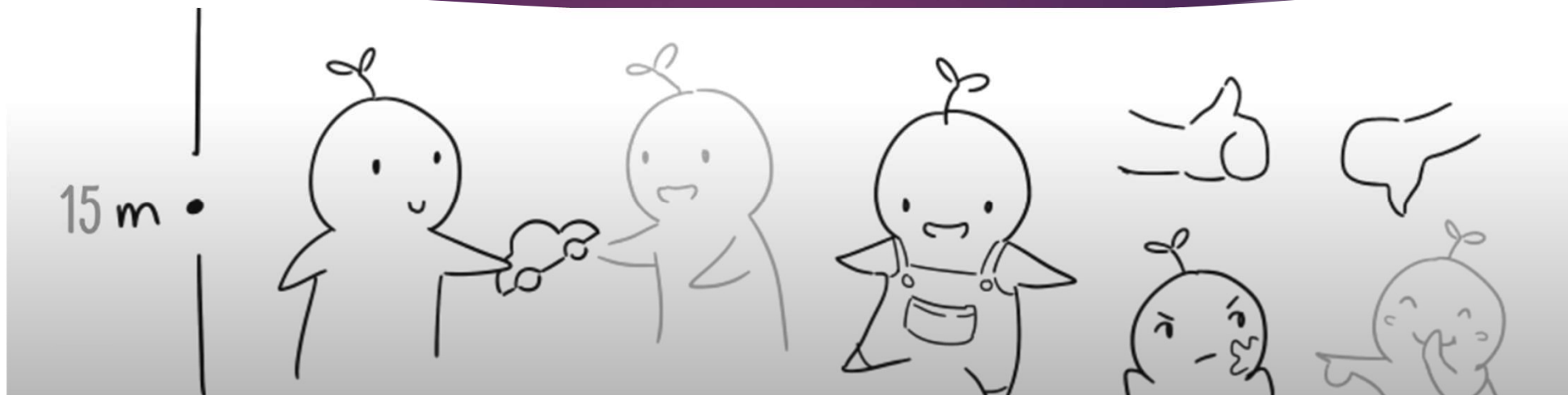
- ▶ Ξεκαθαρίζει η «εικόνα» του κάθε συναισθήματος
- ▶ Το παιδί θέλει να τρώει μόνο του. (κι ας γίνεται «χάλια»)

3^ο Στάδιο: 12-24 μήνες (12 μήνες)



- ▶ Εμφάνιση **σύνθετων συναισθημάτων** (ζήλια, περηφάνεια)

15^{ος} μήνας



- ▶ Το παιδί δείχνει φροντίδα προς συνομήλικους. (αλληλεγγύη)
- ▶ Έχει ενδυματολογικές προτιμήσεις!
- ▶ Δείχνουν με σαφήνεια τι τους αρέσει, τι δεν τους αρέσει.
- ▶ Αναστατώνονται όταν τα «κοροϊδεύει» ένα συνομήλικος.

18^{ος} μήνας

18m •



- ▶ Εκρήξεις Θυμού!
- ▶ Δείχνουν **ντροπή** όταν έχουν κάνει κάτι λάθος
- ▶ Προτίμηση σε ένα μαλακό αντικείμενο (κουβερτούλα, αρκουδάκι κλπ.) (μεταβατικό αντικείμενο)

24 μήνες



- ▶ Το παιδί θυμάται τα όνειρά του και αναστατώνεται από έναν «εφιάλτη» που είδε.
- ▶ Ανταποκρίνεται πλήρως στα **συναισθήματα του άλλου**.
- ▶ Αναγνωρίζει το **φύλο** του και το όνομά του.
- ▶ Πρώτες ενδείξεις ενσυναίσθησης.

Νηπιακή-παιδική ηλικία

- ▶ 3-6 ετών: ερμηνεύουν συναισθηματικές καταστάσεις αναζητώντας τα αίτιά τους σε **εξωτερικούς παράγοντες**.
- ▶ 8 ετών: ερμηνεύουν συναισθηματικές καταστάσεις αναζητώντας τα αίτιά τους σε εξωτερικούς αλλά και σε εσωτερικούς παράγοντες. Κατανοούν ότι **διαφορετικοί άνθρωποι μπορούν να έχουν διαφορετικές συναισθηματικές αντιδράσεις στο ίδιο γεγονός**.

Συναισθηματική ανάπτυξη στην εφηβεία.

- ▶ ο έφηβος αισθάνεται την ανάγκη να «απομακρυνθεί» συναισθηματικά και πρακτικά από τους γονείς του, με σκοπό να διαχειριστεί την εσωτερική του αναταραχή. Σταδιακά εγκαταλείπονται οι εξαρτητικές σχέσεις με τους γονείς και ο εαυτός διαφοροποιείται, αποκτά αίσθηση συνέχειας και ύπαρξης.

Συναισθηματική ανάπτυξη στην εφηβεία.

- ▶ Στην προσπάθεια αποδυνάμωσης της «εξάρτησης» από τους γονείς, ο έφηβος καταφεύγει συνήθως στις **παρέες συνομηλίκων**. Οι φίλοι γίνονται εξαιρετικά σημαντικοί για αυτόν, και τους χρησιμοποιεί για να **ορίσει τον εαυτό του**, το ποιος είναι, μέσα από εκείνους. Η παρέα ρυθμίζει τώρα τον τρόπο συμπεριφοράς, τα άγχη του, την αυτοεκτίμησή του. Του παρέχει ουσιαστικά μια **προσωρινή ταυτότητα** ώσπου να διαμορφώσει την ενήλικη προσωπικότητά του. Οι σχέσεις αυτές στην πλειοψηφία τους είναι παροδικές και ασταθείς, όμως χρήσιμες για την ομαλή ανάπτυξη του εφήβου.

Συναισθηματική ανάπτυξη στην εφηβεία.

- ▶ Κατάκτηση **αυτονομίας**.
- ▶ Σχηματισμός **θετικής εικόνας εαυτού**.
- ▶ Δημιουργία **προσωπικής ταυτότητας**.

Προσκόλληση

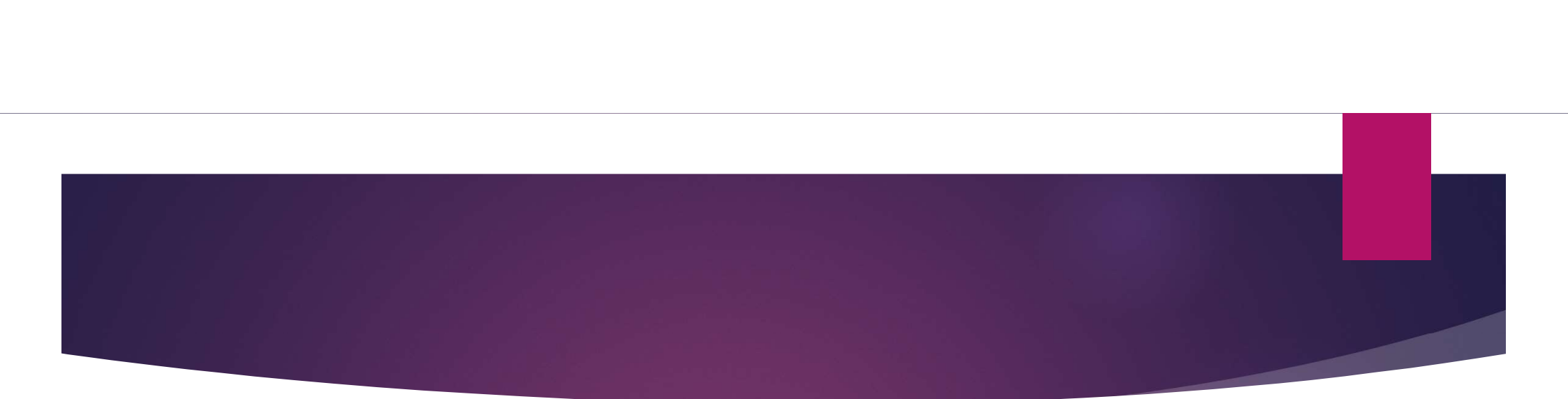
- ▶ John Bowlby (1951): Η **προσκόλληση** βασίζεται κυρίως στη ανάγκη του βρέφους να αισθάνεται ασφαλές. Καθώς μεγαλώνει, το βρέφος μαθαίνει ότι η ασφάλειά του εξασφαλίζεται από ένα συγκεκριμένο άτομο, με το οποίο οδηγείται τελικά να αναπτύξει μια ιδιαίτερη σχέση.

Συνθήκη του Ξένου

- ▶ **Mary Ainsworth:** (μαθήτριά του Bowlby) επινόησε τη «**Συνθήκη του Ξένου**». Πειραματική τεχνική για την αξιολόγηση της βρεφικής προσκόλλησης.

Η Συνθήκη του ξένου (πείραμα σε 8 βήματα)

- ▶ μητέρα και βρέφος μπαίνουν σε ένα άγνωστο δωμάτιο
- ▶ η μητέρα κάθεται αφήνοντας το βρέφος να εξερευνήσει το χώρο
- ▶ Ένα άγνωστο άτομο («ξένος») μπαίνει μέσα στο δωμάτιο και αλληλοεπιδρά με τη μητέρα και μετά με το βρέφος
- ▶ Η μητέρα φεύγει αφήνοντας το βρέφος με τον ξένο,

- 
- 1) Η μητέρα επιστρέφει, μιλάει στο βρέφος, το ησυχάζει και ο ξένος φεύγει από το δωμάτιο
 - 2) Η μητέρα φεύγει ξανά από το δωμάτιο αφήνοντας το βρέφος μόνο του
 - 3) Ο ξένος επιστρέφει
 - 4) Η μητέρα επιστρέφει στο δωμάτιο και ο ξένος φεύγει

Συνήθως τα βρέφη ενός έτους εμφανίζουν ένα από τα τέσσερα είδη προσκόλλησης:

1. **Ασφαλής** (έντονη προσκόλληση, αισθήματα ασφάλειας και σιγουριάς)
2. **Αποφευκτική** (αδιαφορία προς τη μητέρα)
3. **Αμφιθυμική** (νευρικά ακόμα και κοντά στη μητέρα)
4. **Αποδιοργανωμένη-αποπροσανατολισμένη** (κατηγορία που προέκυψε πρόσφατα, καταθλιπτικόμορφη συμπεριφορά)

Προσκόλληση και ... μετέπειτα ζωή

Μια βασική αρχή της θεωρίας της προσκόλλησης είναι ότι **η εξάρτηση οδηγεί στην ανεξαρτησία.**

Με άλλα λόγια, μόνο όταν ένα παιδί αισθανθεί ασφαλές ως προς τη διαθεσιμότητα του γονέα του, μπορεί να διερευνήσει πλήρως το περιβάλλον και να παίξει μόνο του.

Προσκόλληση και ... μετέπειτα ζωή

Η ασφαλής προσκόλληση προβλέπει υγιή κοινωνική, συναισθηματική, γνωστική, και ενθαρρυντική ανάπτυξη.

Για παράδειγμα, ένα παιδί που είχε μια ασφαλή προσκόλληση με το γονέα ως βρέφος, είναι πιο πιθανό στην παιδική ηλικία να είναι **ανεξάρτητο** και να έχει **αυτοπεποίθηση**, για να έχει κατάλληλες αλληλεπιδράσεις με τους συνομηλίκους και τους εκπαιδευτικούς, να διαχειρίζεται τα συναισθήματά του/της, να είναι **συγκεντρωμένο**, περίεργο και να έχει κίνητρα στο σχολείο, αλλά και ισχυρές **δεξιότητες επίλυσης προβλημάτων**.


Προσκόλληση και ... μετέπειτα ζωή

Η ανασφαλής προσκόλληση προβλέπει προβλήματα τόσο αναπτυξιακά όσο και προσαρμογής.

Για παράδειγμα, ένα παιδί που είχε προσκολληθεί με ανασφαλή τρόπο στο γονέα στη βρεφική ηλικία είναι πιο πιθανό στην παιδική ηλικία να έχει λιγότερες κοινωνικές δεξιότητες (π.χ., να επιδείξει απόσυρση ή επιθετικότητα), να ενεργεί με έντονες αντιδράσεις και να είναι ανυπάκουο, να έχει φτωχές δεξιότητες επικοινωνίας, να είναι παρορμητικό και ν' αποσπάται εύκολα, και να μην έχει την περιέργεια και το κίνητρο στο σχολείο.

Προσκόλληση και ... μετέπειτα ζωή

- ▶ Τα παιδιά που έχουν διαμορφώσει **ασφαλή** προσκόλληση σε ηλικία ενός έτους, αργότερα εμφανίζουν ελαφρότερης μορφής ψυχολογικές δυσκολίες από ό,τι τα παιδιά με αποφευκτική ή αμφίθυμη προσκόλληση
- ▶ Δείχνουν περισσότερη **κοινωνική** και **συναισθηματική** επάρκεια αργότερα στη ζωή
- ▶ Η εικόνα που έχουν οι άλλοι γι' αυτούς είναι θετικότερη.



Προσκόλληση και ... μετέπειτα ζωή Ασφαλής βρεφικός δεσμός «σημαίνει» ενήλικας με:

- ▶ Υψηλή αυτοεκτίμηση
- ▶ Ευέλικτη συμπεριφορά
- ▶ Πίστη στην αλληλεγγύη (στους άλλους)
- ▶ Κινητροδοτεί την περιέργεια και την εξερεύνηση
- ▶ Ικανότητα δημιουργίας συναισθηματικών σχέσεων.

Προσκόλληση και ... μετέπειτα ζωή Ανασφαλής βρεφικός δεσμός «σημαίνει» ενήλικας με:

- ▶ Συναισθηματική ανωριμότητα
- ▶ Αποφυγή σχέσεων ή αδυναμία διατήρησης.
- ▶ Χαμηλή αυτοεκτίμηση
- ▶ Άγχος
- ▶ Εχθρότητα
- ▶ Ψυχοσωματικά συμπτώματα.