



**Προσδοκίες αναδόχων γονέων.
Οι βασικές ανάγκες των παιδιών για την ανάπτυξή τους.
Σωματική και ψυχική ανάπτυξη βρέφους, νηπίου,
παιδιού και εφήβου.**

«Ένα σπίτι για κάθε παιδί»

1. Υποενότητες

- | | |
|---------------------------------|-----------------------------------|
| → Οι Ανθρώπινες Ανάγκες | → Βρεφική Ηλικία |
| → Οι ανάγκες των παιδιών | → Προσχολική ηλικία |
| → Προσδοκίες των γονέων | → Μέση παιδική ή σχολική ηλικία |
| → Η ανάπτυξη του παιδιού | → Εφηβεία |
| → Περίοδοι/στάδια της ανάπτυξης | → Ατομικές διαφορές στην Ανάπτυξη |

2. Σύντομη Εισαγωγή

Η ενότητα αυτή εξετάζει τις ανάγκες των παιδιών και των εφήβων και το ρόλο που διαδραματίζει η ικανοποίηση τους για την φυσιολογική εξέλιξη τους και την καλή προσαρμογή στο σχολείο και την οικογένεια. Ακόμη διερευνώνται οι προσδοκίες των γονέων και η επίδραση τους στην αλληλεπίδραση και τη φροντίδα των παιδιών.

Επιπλέον, περιγράφεται η πορεία της σωματικής και ψυχοκοινωνικής ανάπτυξης των παιδιών από τη γέννηση τους μέχρι και την εφηβεία, παρουσιάζονται τα στάδια, τα ορόσημα και τα αναπτυξιακά επιτεύγματα σε κάθε τομέα.

Όταν οι γονείς γνωρίζουν τις ανάγκες και πως αναπτύσσονται τα παιδιά, αποκτούν περισσότερα εφόδια, γίνονται περισσότερο ευαίσθητοι στις ανάγκες και στα προβλήματα των παιδιών και πιο αποτελεσματικοί στο ρόλο τους.

Λέξεις κλειδιά:

οι ανάγκες των παιδιών, ικανοποίηση αναγκών, οι προσδοκίες των γονέων, τα στάδια ανάπτυξης, βρεφική ηλικία, προσχολική ηλικία, μέση παιδική ηλικία, εφηβεία, ατομικές διαφορές στην ανάπτυξη.

3. Προσδοκώμενα αποτελέσματα

Μετά το τέλος αυτής της ενότητας οι συμμετέχοντες υποψήφιοι ανάδοχοι γονείς:

- Θα έχουν διαμορφώσει προσωπική αντίληψη και κατανόηση της πορείας ανάπτυξης των παιδιών.
- Θα μπορούν να αναγνωρίζουν τις αναμενόμενες αλλαγές στον σωματικό, τον γνωστικό και τον συναισθηματικό-κοινωνικό τομέα ανάπτυξης.

- Θα μπορούν να ανταποκρίνονται στις διαδικασίες παροχής φροντίδας.
- Θα διαμορφώσουν πιο ευέλικτες προσδοκίες, απέναντι στο παιδί, στις ανάγκες και στα προβλήματά του.
- Θα είναι πιο επαρκείς στο ρόλο τους όσον αφορά στην ανατροφή των παιδιών.

4. Στόχοι

Οι στόχοι της ενότητας αυτής είναι οι υποψήφιοι ανάδοχοι γονείς:

- Να μπορούν να κατανοούν τις ανάγκες των παιδιών.
- Να αφιερώνουν χρόνο και φροντίδα για την ικανοποίηση των αναγκών των παιδιών.
- Να ανταποκρίνονται με ευαισθησία στις ανάγκες των παιδιών.
- Να γνωρίζουν την πορεία και τα στάδια της ανάπτυξης τους.
- Να γνωρίζουν τα ορόσημα της φυσιολογικής σωματικής, ψυχικής και κοινωνικής ανάπτυξης τους.
- Να μπορούν να κατανοούν και να εφαρμόζουν τις γνώσεις αυτές στην ανατροφή των παιδιών.

5. Ανάλυση της θεματικής ενότητας

Οι Ανθρώπινες Ανάγκες

Οι ανθρώπινες ανάγκες, όπως π.χ. η ανάγκη για έκφραση, αγάπη και ασφάλεια, είναι ένα σημαντικό συστατικό στοιχείο της ανθρώπινης υπόστασης που συνδέεται όχι μόνο με την επιβίωση αλλά και την ανάπτυξη του. Ο Abraham Maslow έχει επεξεργαστεί ένα μοντέλο στο οποίο παρουσιάζει τις ανθρώπινες ανάγκες, ιεραρχημένες από τις βασικές βιολογικές έως τις πιο ανώτερες, στην κορυφή των οποίων είναι η αυτοπραγμάτωση του ανθρώπου. Οι ανάγκες αυτές και η σειρά ικανοποίησής τους είναι η ακόλουθη:

- **Βιολογικές Ανάγκες:** Αναφέρονται στην ικανοποίηση βιολογικών αναγκών, όπως είναι η πείνα, η δίψα, ο ύπνος κ.τ.λ.. Η ικανοποίηση αυτών των αναγκών, απορροφά μεγάλη ποσότητα ενέργειας από το άτομο, είναι δε απαραίτητη προϋπόθεση για την κάλυψη και των επόμενων αναγκών.

- **Ανάγκες για ασφάλεια και προστασία:** Οι ενήλικες συνήθως έχουν ικανοποιήσει αυτή την κατηγορία αναγκών, ωστόσο τα παιδιά έχουν μεγαλύτερη ανάγκη για προστασία από κινδύνους και απειλές. Για την ικανοποίηση αυτών των αναγκών των παιδιών είναι απαραίτητη η ύπαρξη κάποιας δομής και οργάνωσης στην καθημερινή ζωή, η οποία δημιουργεί αίσθημα ασφάλειας. Η έλλειψη προστασίας οδηγεί στην αύξηση του άγχους.

- **Η Ανάγκη για αγάπη και για να ανήκει κανείς σε μια ομάδα:** Η ανάγκη να βρει κανείς μία θέση σε μία ομάδα είναι ζωτικής σημασίας, όπως και η αναζήτηση της αγάπης στις οικογενειακές, φιλικές και ευρύτερα στις κοινωνικές σχέσεις. Η μη ικανοποίηση αυτών των αναγκών δημιουργεί προβλήματα στην προσαρμογή των παιδιών και των ανθρώπων γενικά, το άτομο καταλήγει να αναζητά διαρκώς αγάπη από τους άλλους.

- **Ανάγκη για εκτίμηση και σεβασμό:** Ο άνθρωπος έχει ανάγκη από θετική αυτοεκτίμηση, αλλά και από την απόκτηση της εκτίμησης των άλλων, οι οποίες του δημιουργούν την αίσθηση της προσωπικής αξίας. Η ύπαρξη θετικής εκτίμησης αποτελεί τη βάση για τη δημιουργία ενός παραγωγικού ατόμου σε όλους τους τομείς της ζωής, ενώ η απουσία της οδηγεί στη δημιουργία συναισθημάτων κατωτερότητας.

- **Αυτοπραγμάτωση:** Είναι η ανώτερη βαθμίδα ανάπτυξης και αναφέρεται στην πραγματοποίηση των δυνατοτήτων και των προσωπικών επιδιώξεων, δηλαδή να γίνει το άτομο, αυτό που επιδιώκει και μπορεί με βάση τις δυνατότητες του.

Η ικανοποίηση των βασικών βιολογικών αναγκών καθώς και των αναγκών για ασφάλεια είναι προϋπόθεση για την ικανοποίηση των ανώτερων αναγκών. Η ικανοποίηση των αναγκών αυτών συνιστά το θεμέλιο για την οικοδόμηση της σωματικής και ψυχικής υγείας, αλλά και για μία ευτυχισμένη προσωπική ζωή (Schultz & Schultz, 2016).

Οι Ανάγκες των παιδιών

Οι ανάγκες των παιδιών διαφοροποιούνται ανάλογα με τα στάδια ανάπτυξης και μπορούν να ομαδοποιηθούν στις ακόλουθες κατηγορίες:

Οι Βιολογικές Ανάγκες του παιδιού

Οι βιολογικές ανάγκες των παιδιών αναφέρονται στην ανάγκη για τροφή, ύπνο, ζεστασιά, ξεκούραση κ.τ.λ. και καλύπτουν ένα ευρύ φάσμα σωματικών λειτουργιών. Οι γονείς θα πρέπει να δείχνουν αρκετή ευαισθησία στην ικανοποίηση αυτών των αναγκών, γιατί παράλληλα μέσα από αυτές εκδηλώνεται η αγάπη και η φροντίδα για τα παιδιά. Ιδιαίτερα στα πρώτα χρόνια της ζωής τους τα παιδιά, δεν έχουν τη

δυνατότητα να καλύπτουν μόνο τους ζωτικές για την επιβίωση ανάγκες και εξαρτώνται πλήρως από τους γονείς τους. Επίσης, οι γονείς θα πρέπει να μπορούν να αναγνωρίζουν τα συμπτώματα συμπεριφοράς μέσα από τα οποία τα παιδιά εκφράζουν τις ανάγκες τους, καθώς δεν έχουν τη δυνατότητα να εκφράζουν πάντοτε με το λόγο τις ανάγκες αυτές (Dunlap, 2004).

Η Ανάγκη για Φροντίδα, Προστασία και Αγάπη

Η ανάγκη των παιδιών για φροντίδα, αγάπη και προστασία είναι μακροχρόνια, διαρκής και σταθερή, δεδομένου ότι τα παιδιά για μεγάλο χρονικό διάστημα βρίσκονται σε εξάρτηση από τους γονείς τους για την ικανοποίηση ζωτικών αναγκών τους αλλά και για την προστασία τους από τους κινδύνους και απειλές. Οι ανάγκες αυτές διαφοροποιούνται ανάλογα με την ηλικία των παιδιών, για παράδειγμα στα πρώτα χρόνια της ζωής τους είναι πιο επιτακτικές και απαιτούν μεγάλη ενέργεια από τους γονείς. Καθώς το παιδί αναπτύσσεται αλλάζει ο τρόπος ικανοποίησης των αναγκών του και αντίστοιχα αλλάζει σταδιακά η γονεϊκή φροντίδα (Pringle, 2013).

Η αγάπη που λαμβάνει το παιδί από τους γονείς βοηθά στην φυσιολογική ανάπτυξη της προσωπικότητας του, η σχέση γονέα και παιδιού διαμορφώνει τα πρότυπα των σχέσεων του παιδιού μέσα στην οικογένεια και στην κοινωνική ζωή, ενώ τα πρότυπα αυτά παραμένουν ενεργά ακόμη και στην ενήλικη ζωή.

Βασικό χαρακτηριστικό του ρόλου του γονέα είναι η χωρίς όρους αποδοχή και αγάπη προς το παιδί, η οποία πρέπει να καλύπτει όλες τις πλευρές της προσωπικότητας, την εμφάνιση, τη συμπεριφορά, τις επιλογές των παιδιών κ.ά.. Οι γονείς εκφράζουν την αγάπη τους μέσα από την συμπεριφορά τους, κατά την επικοινωνία τους με το παιδί, αλλά και μέσα από την ικανοποίηση των αναγκών του. Η αγάπη προς το παιδί αποτελεί το θεμέλιο για την ανάπτυξη μίας υγιούς προσωπικότητας, καθώς το παιδί μαθαίνει κατ' επέκταση να αγαπά, να αποδέχεται και να φροντίζει τον εαυτό του, αλλά και τους άλλους μέσα από αυτή την επικοινωνία και τη σχέση αγάπης με τους γονείς (Pringle, 2013).

Ανάγκη για νέα ερεθίσματα, εμπειρίες και εκπαίδευση

Τα παιδιά έχουν ανάγκη να εκτεθούν ανάλογα με το στάδιο της ανάπτυξης τους σε νέες εμπειρίες και ερεθίσματα, επειδή οι κοινωνικές και πολιτισμικές εμπειρίες τροφοδοτούν τη διαδικασία της ανάπτυξης συνολικά, κυρίως όμως και πρωταρχικά την ανάπτυξη των γνωστικών λειτουργιών και της κοινωνικής συμπεριφοράς. Οι εμπειρίες και τα ερεθίσματα προσφέρουν ποικίλες ευκαιρίες για μάθηση, εξερεύνηση του εαυτού, κατανόηση του κόσμου και ανάπτυξη ικανοτήτων και δεξιοτήτων.

Οι γονείς αλλά και άλλα οικεία πρόσωπα διαδραματίζουν έναν παιδαγωγικό ρόλο, πριν ακόμη το παιδί πάει στο σχολείο, αλλά και καθ' όλη τη διάρκεια της ανάπτυξης του. Από αυτή την άποψη, οι γονείς θα πρέπει να φροντίζουν να εκθέτουν το παιδί σε κατάλληλες για το στάδιο ανάπτυξης κοινωνικές, πολιτισμικές και άλλες εμπειρίες, φροντίζοντας πάντα για την ασφάλεια του.

Η ανάγκη και η αξία του παιχνιδιού για το παιδί

Το παιχνίδι είναι μια ανάγκη για το παιδί, η οποία είναι καθοριστική για την ανάπτυξη του, επειδή σύμφωνα με τον Winnicott το παιχνίδι αποτελεί μορφή ζωής, ένα τρόπο ύπαρξης, ο οποίος είναι ζωτικής σημασίας για τη διαμόρφωση της προσωπικότητας του (Winnicott, 2012).

Η συμμετοχή των γονέων στο παιχνίδι με το παιδί, είναι συχνή και καλύπτει σημαντικό ποσοστό του χρόνου της αλληλεπίδρασης των γονέων με το παιδί, στα πρώτα χρόνια της ζωής του. Επίσης, το παιχνίδι είναι κύρια δραστηριότητα στις σχέσεις φιλίας που δημιουργούν τα παιδιά με τους συνομηλίκους.

Η ανάγκη του παιδιού για παιχνίδι είναι πιο έντονη στις πρώιμες φάσεις της ανάπτυξης και παραμένει έντονη ακόμη και κατά τη διάρκεια της σχολικής ηλικίας, ωστόσο αρχίζει να τροποποιείται καθώς το παιδί εισέρχεται στην εφηβεία, περίοδο κατά την οποία αναπτύσσει ένα ευρύ φάσμα ενδιαφερόντων και δραστηριοτήτων. Μέσα από το παιχνίδι το παιδί αποκτά σταδιακά έλεγχο του σώματος, αναπτύσσει δεξιότητες, μαθαίνει να επικοινωνεί και να αλληλεπιδρά, γνωρίζει τον εαυτό του και τους άλλους, επιδρά στην κόσμο.

Η ανάγκη για έπαινο και αναγνώριση

Το παιδί όπως κάθε άτομο έχει ανάγκη για αναγνώριση και έπαινο, για τα επιτεύγματα, τις δραστηριότητες και τις ικανότητες του. Η αναγνώριση των ικανοτήτων του παιδιού, ανοίγει ένα νέο πεδίο με ευκαιρίες για ολοκληρωμένη γνωστική, συναισθηματική και κοινωνική ανάπτυξη.

Ωστόσο, ο εύκολος και γρήγορος έπαινος ή η αναγνώριση προς το παιδί, δεν ενθαρρύνει την προσπάθεια του, αλλά μάλλον επιβάλλει περιορισμούς, δεν διευκολύνει το παιδί να εκφράσει πλήρως τις δυνατότητες του και να προσπαθήσει να βελτιωθεί. Οι επιδόσεις και τα επιτεύγματα του παιδιού, δεν πρέπει να αποτελούν προϋπόθεση για την εκδήλωση της αγάπης των γονέων προς το παιδί, επειδή αυτό μπορεί να οδηγήσει στην εκδήλωση μίας «μη φυσιολογικής τάσης για επιτυχία και για εκτίμηση» (Pringle, 2013). Για αυτό οι γονείς πρέπει να εκδηλώνουν την αγάπη τους προς το παιδί χωρίς να επιβάλλουν όρους ή προϋποθέσεις για τη διεκδίκηση της από το παιδί. Όταν δεν αναγνωρίζονται και δεν επαινούνται οι προσπάθειες, οι ικανότητες και τα επιτεύγματα του παιδιού, αυτό έχει αρνητική επίπτωση στην αυτοεκτίμηση του, στην πεποίθηση ότι μπορεί να τα καταφέρει και να ανταποκριθεί με επιτυχία σε νέες απαιτήσεις ή προκλήσεις (Pringle, 2013).

Οικογενειακή ατμόσφαιρα και η ανάγκη για υποστήριξη

Η οικογενειακή ατμόσφαιρα, τα ποιοτικά χαρακτηριστικά των σχέσεων ανάμεσα στα μέλη της οικογένειας, μαζί με την γονεϊκή φροντίδα έχουν ιδιαίτερη αξία για την ανάπτυξη των ικανοτήτων των παιδιών και την εκδήλωση – πραγμάτωση του δυναμικού τους (Bukatko & Daehler, 1992).

Το ενδιαφέρον των γονέων, η επικοινωνία και το ενδιαφέρον για τη συναισθηματική ζωή και τις δυσκολίες των παιδιών, η σταθερότητα και η συνοχή της οικογένειας είναι σημαντικός παράγοντας για την ανάπτυξη και την καλλιέργεια στα παιδιά δεξιοτήτων αντιμετώπισης δύσκολων και αγχογόνων καταστάσεων (Shulman, Seiffge-Krenke & Samet, 1987).

Δικαιώματα και υποχρεώσεις των παιδιών

Κάθε παιδί έχει δικαιώματα για προστασία, εκπαίδευση και φροντίδα, τα οποία είναι διεθνώς κατοχυρωμένα τόσο από την νομοθεσία των κρατών, αλλά και από διεθνείς συμβάσεις. Η προάσπιση των δικαιωμάτων των παιδιών συνδέεται κυρίως με την επιβίωση και την ανάπτυξη τους. Αυτό συνεπάγεται υποχρεώσεις και ευθύνες που αναλαμβάνουν οι γονείς κατά την ανατροφή των παιδιών. Ωστόσο και τα παιδιά έχουν υποχρεώσεις απέναντι στους γονείς που τα φροντίζουν, αλλά και ευρύτερα την κοινωνία και την οργανωμένη πολιτεία, που με διάφορους θεσμούς και υπηρεσίες διαμορφώνει ένα πλαίσιο προστασίας για το παιδί.

Ικανοποίηση-Ανταπόκριση των γονέων στις ανάγκες του παιδιού

Ο ρόλος και η λειτουργία του γονέα εκφράζεται μέσα από δραστηριότητες και ενέργειες που αφορούν στην φροντίδα, την ανατροφή και την προστασία του παιδιού, οι οποίες επιδρούν στη διαμόρφωση της προσωπικότητας του παιδιού και στην καλλιέργεια δεξιοτήτων. Εκτός από την παροχή φροντίδας, ο ρόλος των γονέων έχει και μια παιδαγωγική διάσταση, δηλαδή οι γονείς λειτουργούν ως παιδαγωγοί προς τα παιδιά τους.

Η ικανοποίηση των βιολογικών αναγκών των παιδιών αποτελεί αναγκαία προϋπόθεση για την ανάπτυξη ενός υγιούς ατόμου σε σωματικό, ψυχολογικό και κοινωνικό επίπεδο. Σε περιπτώσεις που δεν ικανοποιούνται οι βασικές ανάγκες τους, τα παιδιά εμφανίζουν σημαντικά προβλήματα σωματικής και ψυχικής υγείας. Αν και δίνεται περισσότερο έμφαση στις ανώτερες ανάγκες για ανάπτυξη, εκπαίδευση και αυτοπραγμάτωση, ωστόσο σε καμία περίπτωση δεν πρέπει να παραμελούνται οι βιολογικές ανάγκες του παιδιού.

Η ικανοποίηση των αναγκών των παιδιών ιδιαίτερα στα πρώτα χρόνια της ζωής τους απαιτεί έντονη προσπάθεια, δεσμεύει μεγάλη ποσότητα ενέργειας, μεταβάλλει τα πρότυπα και το ρυθμό ζωής των γονέων. Από την άλλη πλευρά, προσφέρει πολλές ικανοποιήσεις και ευκαιρίες για ανάπτυξη και εξέλιξη στους ίδιους τους γονείς. Σε ορισμένες περιστάσεις, οι ευθύνες αλλά και η ένταση της φροντίδας μπορεί να αυξήσουν το άγχος των γονέων, αλλά αυτό δεν αποτελεί παράγοντα που ασκεί συστηματικά αρνητική επίδραση στη ψυχική υγεία των γονέων. Οι γονείς είναι αναγκαίο να μπορούν να προσαρμόζονται στις ανάγκες των παιδιών τους, γιατί αυτές εξελίσσονται καθώς αυτά μεγαλώνουν.

Προσδοκίες των γονέων

Οι προσδοκίες των γονέων, αποτελούν σημαντικό παράγοντα άσκησης επιρροής στα παιδιά καθ' όλη την πορεία της ανάπτυξης τους μέχρι και την ενήλικη ζωή. Οι προσδοκίες των γονέων αφορούν στις επιλογές, τις εκπαιδευτικές αποφάσεις, τα πρότυπα ζωής που υιοθετεί το παιδί, τα επιτεύγματα του καθώς και τη συνολική πορεία της ανάπτυξης του.

Όπως συμβαίνει ευρύτερα στην κοινωνική ζωή, οι άνθρωποι δημιουργούν και εκφράζουν τις προσδοκίες τους για τους κοινωνικούς ρόλους και την συμπεριφορά των άλλων ατόμων. Οι προσδοκίες των γονέων εκφράζονται μέσα από τη συμμετοχή τους στην οργάνωση και στην παρακολούθηση των δραστηριοτήτων στις οποίες συμμετέχει το παιδί, στην σχολική επίδοση, στην οργάνωση των δραστηριοτήτων του ελεύθερου χρόνου και στη συμμετοχή στην οικογενειακή ζωή (Bukatko & Daehler, 1992).

Η πρώιμη σωματική ανάπτυξη ή ωρίμανση των παιδιών μπορεί να οδηγήσει σε μεγαλύτερη αύξηση της πίεσης που ασκούν οι γονείς και άλλα σημαντικά πρόσωπα με τις προσδοκίες προς το παιδί, για περισσότερα και δυσανάλογα προς την ηλικία τους επιτεύγματα. Το αντίθετο μπορεί να συμβαίνει σε παιδιά στα οποία η σωματική τους ανάπτυξη παραπέμπει σε παιδιά μικρότερης ηλικίας, δηλαδή οι προσδοκίες των γονέων μπορεί να είναι χαμηλότερες και να μην ενθαρρύνονται επιτεύγματα αντίστοιχα της ηλικιακής τους ομάδας.

Κοινωνικοί, πολιτισμικοί παράγοντες, αξίες και πεποιθήσεις διαμορφώνουν σε σημαντικό βαθμό τις προσδοκίες που έχουν οι γονείς από τα παιδιά τους. Οι προσδοκίες μπορεί να αφορούν απλά πρότυπα συναισθηματικής αντίδρασης των παιδιών, την ανάπτυξη χαρακτηριστικών της προσωπικότητας όσο και σε πιο σύνθετα ζητήματα που έχουν να κάνουν με την επιλογή ενός συγκεκριμένου τρόπου ζωής, τις εκπαιδευτικές επιλογές και τις επαγγελματικές επιδιώξεις, στοιχεία τα οποία αρκετά συχνά αποτελούν εστίες συγκρούσεων ανάμεσα στα παιδιά και στους γονείς. Οι προσδοκίες αυτές διαφοροποιούνται ανάλογα με το φύλο του παιδιού, δηλαδή διαφορετικές προσδοκίες έχουν οι γονείς για τα αγόρια και διαφορετικές για τα κορίτσια (Bukatko & Daehler, 1992).

Οι προσδοκίες και οι απαιτήσεις των γονέων διαφοροποιούνται ιδιαίτερα κατά την περίοδο της εφηβείας, μία κρίσιμη και μεταβατική περίοδο, το τέλος της οποίας σηματοδοτεί τη μετάβαση στην ενήλικη ζωή. Ιδιαίτερα σε αυτή την περίοδο οι προσδοκίες αφορούν την απόκτηση μεγαλύτερης ανεξαρτησίας από τους εφήβους σε όλους τους τομείς της ζωής τους και συχνά εκφράζεται με την επιθυμία των γονέων για την είσοδο των νέων στην αγορά εργασίας.

Ακόμη, οι ανάδοχοι γονείς είναι απαραίτητο να αναστοχαστούν τους φόβους, τις απογοητεύσεις ή ματαιώσεις που ενδέχεται να βιώσουν στην επικοινωνία, τη γνωριμία ή τη φροντίδα του παιδιού, και να τις αξιοποιήσουν ως μια πρόκληση για θετική προσωπική ανάπτυξη, αλλά και για την κατανόηση των προβλημάτων και των αναγκών των παιδιών.

Σε κάθε περίπτωση είναι απαραίτητο οι γονείς να αναγνωρίζουν τους στόχους, τα ενδιαφέροντα και τις επιδιώξεις των παιδιών χωρίς να τα εγκλωβίζουν στις δικές τους προσδοκίες και επιθυμίες.

Η Ανάπτυξη του παιδιού

Τί είναι η Ανάπτυξη

Η ανάπτυξη ορίζεται ως η ακολουθία των σωματικών και ψυχολογικών αλλαγών που συμβαίνουν από την γέννηση και καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής του ανθρώπου. Η ανάπτυξη, είναι μία δια βίου διαδικασία.

Περίοδοι Ανάπτυξης του παιδιού: Συνοπτική Παρουσίαση

Η πορεία ανάπτυξης του παιδιού διέρχεται μέσα από ορισμένες περιόδους, σε καθεμία από τις οποίες παρατηρούνται αλλαγές στον σωματικό, τον γνωστικό και τον κοινωνικό - συναισθηματικό τομέα. Η ανάπτυξη του παιδιού διακρίνεται σε πέντε χρονολογικές - αναπτυξιακές περιόδους, οι οποίες είναι οι ακόλουθες:

- **Προγεννητική περίοδος** (εκτείνεται από τη σύλληψη μέχρι τη γέννηση του παιδιού)
- **Βρεφική ηλικία** (γέννηση έως 2ο έτος)
- **Προσχολική ή νηπιακή ηλικία** (3ο-6ο έτος)
- **Μέση Παιδική ή σχολική ηλικία** (7ο-12ο έτος)
- **Εφηβεία** (12ο-20ο έτος)

Οι κύριοι τομείς της ανάπτυξης

Η ανάπτυξη αναφέρεται σε αλλαγές που αφορούν στο σώμα, τις γνωστικές λειτουργίες, τις συναισθηματικές αντιδράσεις, την κοινωνική συμπεριφορά και επικοινωνία. Συνοπτικά οι τομείς αυτοί είναι οι ακόλουθοι.

Ο Σωματικός τομέας, ο οποίος περιλαμβάνει:

Την εμφάνιση, τις βιοσωματικές λειτουργίες, το μέγεθος του σώματος, την κινητική ανάπτυξη, την ανάπτυξη του εγκεφάλου και τη σωματική υγεία.

Ο Γνωστικός τομέας περιλαμβάνει τις ακόλουθες λειτουργίες:

Τη νοημοσύνη, την αντίληψη, τη μνήμη, την προσοχή, τη φαντασία, τη γλώσσα, την καθημερινή και ακαδημαϊκή γνώση, την επίλυση προβλημάτων.

Ο Κοινωνικός-συναισθηματικός τομέας περιλαμβάνει:

Την έκφραση συναισθημάτων, τη διαμόρφωση της ταυτότητας (εθνική, κοινωνική, σεξουαλική, επαγγελματική), την αυτογνωσία και την αυτοεκτίμηση, τις δεξιότητες για διαπροσωπικές σχέσεις, την κοινωνική συμπεριφορά, την ηθική και συναισθηματική ανάπτυξη.

Βρεφική ηλικία

Η αναπτυξιακή αυτή περίοδος ξεκινά με τη γέννηση και εκτείνεται μέχρι το δεύτερο έτος της ζωής. Μετά τη γέννηση, σημαντικές αλλαγές συμβαίνουν στο επίπεδο της ανάπτυξης του εγκεφάλου, των αντιληπτικών και των γνωστικών λειτουργιών και της γλώσσας. Σημαντική ακόμη είναι η εμφάνιση του πρωταρχικού δεσμού, η δημιουργία των πρώτων διαπροσωπικών σχέσεων, ενώ στο επίπεδο της κινητικής συμπεριφοράς σημειώνονται τα πρώτα βήματα προς την αυτονομία του παιδιού.

Σωματική ανάπτυξη: Πολλές και γρήγορες αλλαγές παρατηρούνται κατά την περίοδο αυτή στο σώμα, στις διαστάσεις του σώματος (το ύψος και το βάρος) και στην κίνηση, όπως και στις δραστηριότητες του παιδιού. Το ύψος του βρέφους φτάνει περίπου στα 75 εκατοστά στο τέλος του πρώτου έτους, ενώ στο τέλος του δεύτερου έτους στα 85 εκατοστά. Το βάρος, περί το τέλος του πρώτου έτους, φτάνει στα 10 κιλά και προς το τέλος του δεύτερου έτους στα 12 κιλά.

Ως προς την κινητική συμπεριφορά, διακρίνονται γενικές και ειδικές κινητικές αντιδράσεις, ενώ προοδευτικά εμφανίζονται οι κινητικές δεξιότητες. Αρχικά οι κινήσεις είναι μαζικές, ασυντόνιστες και σταδιακά αποκτάται ο έλεγχος της κινητικής συμπεριφοράς, το βρέφος συντονίζει με την όραση, την κίνηση του χεριού και την κίνηση του αντίχειρα και των δακτύλων.

Τα αντανακλαστικά ή αντανακλαστικές κινήσεις είναι αυτόματες κινητικές αντιδράσεις που έχουν ιδιαίτερη αξία για την ανάπτυξη και την επιβίωση του ατόμου.

Βάδιση και όρθια στάση: το βρέφος τον 4ο μήνα κάθεται με την βοήθεια άλλων ατόμων, τον 11ο με 12ο μήνα μπορεί να στέκεται όρθιο και να προχωρά με την καθοδήγηση και την υποστήριξη των ενηλίκων. Το 14ο μήνα μπορεί να στέκεται όρθιο και τον 15ο μήνα περπατά μόνο του.

Βασικές σωματικές λειτουργίες και ανάγκες

Ύπνος: το βρέφος κατά τους πρώτους μήνες της ζωής του κοιμάται περίπου το 80% του 24ώρου. Καθώς αναπτύσσεται μειώνεται η συνολική διάρκεια του ύπνου και έτσι περί το δεύτερο έτος, κοιμάται περίπου 12 ώρες την ημέρα.

Τροφή: αρχικά το βρέφος λαμβάνει τροφή ανά τρίωρο και σταδιακά αυτή η ανάγκη μειώνεται μέχρι το τέλος της βρεφικής περιόδου σε τρία κύρια γεύματα και σε δύο μικρά γεύματα, τα οποία παρεμβάλλονται ανάμεσα στα κύρια γεύματα (Παρασκευόπουλος, 1985).

Γνωστική ανάπτυξη: Οι γνωστικές λειτουργίες των βρεφών αναπτύσσονται επάνω σε σχήματα αισθησιοκινητικής συμπεριφοράς, που συνήθως έχουν τη μορφή αντανακλαστικών, δηλαδή σε αισθητηριακές και κινητικές δυνατότητες που είναι εγγενείς, έμφυτες, όπως είναι το κλάμα, η οπτική παρακολούθηση με το βλέμμα και άλλες (Craig & Baucum, 2007). Ακόμη, η γνωστική ανάπτυξη των παιδιών διαφαίνεται μέσα από την εξέλιξη του παιχνιδιού με διάφορα αντικείμενα, την εκδίπλωση των ικανοτήτων τους για μίμηση κατά την αλληλεπίδραση και το παιχνίδι με άλλα παιδιά ή τους ενήλικες. Σε αυτήν την αναπτυξιακή περίοδο, το βρέφος διαθέτει αναγνωριστική μνήμη, μπορεί δηλαδή και αναγνωρίζει σημαντικά πρόσωπα του περιβάλλοντος του, προσπαθεί να επιλύσει τα προβλήματα, αξιοποιώντας τις δυνατότητες της αντίληψης, των αισθητηριακών λειτουργιών και την κίνηση του στο χώρο (Παρασκευόπουλος, 1985).

Γλωσσική ανάπτυξη: Η πρώιμη γλωσσική παραγωγή αρχίζει με το κλάμα, τις άναρθρες κραυγές, και περί την έκτη εβδομάδα το βρέφος παράγει λαρυγγικούς ήχους. Η φωνητική αυτή παραγωγή εκφράζει διάφορες ανάγκες και καταστάσεις του σώματος, όπως είναι η πείνα, ο πόνος κ.τ.λ.. Από τον τρίτο μήνα και έπειτα το βρέφος αρχίζει να ψελλίζει, παράγει ήχους που προσομοιάζουν στον ανθρώπινο λόγο, αλλά δεν έχουν κάποιο περιεχόμενο ή νόημα.

Η πρώτη λέξη: Προς το τέλος του πρώτου έτους το βρέφος λέει την πρώτη λέξη και στην συνέχεια παράγει και άλλες λέξεις, ενώ προς το τέλος του δεύτερου έτους το λεξιλόγιο του αριθμεί πάνω από 200 λέξεις.

Συγκριτικός λόγος: Μετά την παραγωγή των πρώτων λέξεων, το παιδί χρησιμοποιεί μονολεκτικές εκφράσεις για να εκφράσει σύνθετα νοήματα, π.χ. μπορεί να χρησιμοποιεί τη λέξη “μαμά” για να δηλώσει μόνο με μία λέξη ότι λείπει η μητέρα του.

Τηλεγραφικός λόγος: Περί το 1½ έτος το βρέφος σχηματίζει τις πρώτες φράσεις και προτάσεις, οι οποίες είναι ελλιπείς, δηλαδή λείπουν οι βασικοί όροι, όπως άρθρα, προθέσεις κ.τ.λ.. Συνήθως το βρέφος συνδέει δύο ή τρεις λέξεις.

Μη λεκτική επικοινωνία: Παράλληλα με την κατάκτηση της γλώσσας, το βρέφος μαθαίνει και να εκφράζεται μέσα από τις εκφράσεις του προσώπου, τις χειρονομίες κ.ά., δηλαδή μαθαίνει να χρησιμοποιεί τη μη λεκτική επικοινωνία. Η λεκτική και η μη λεκτική επικοινωνία συνδέονται και λειτουργούν συμπληρωματικά μεταξύ τους.

Ορισμένα βρέφη εμφανίζουν μικρή καθυστέρηση στην κατάκτηση της γλώσσας, και στην ομιλία, ωστόσο, αυτό μπορεί να οφείλεται σε απλές διαφορές στο ρυθμό ανάπτυξης και όχι σε σοβαρά αναπτυξιακά ζητήματα.

Κοινωνική - Συναισθηματική ανάπτυξη: Από τις πρώτες ημέρες της ζωής του, το βρέφος αρχίζει να αντιδρά προς την φωνή της μητέρας, της χαμογελά και ανταποκρίνεται συναισθηματικά προς αυτή, αργότερα αναγνωρίζει και αντιδρά στην παρουσία και άλλων προσώπων του άμεσου περιβάλλοντος. Προσκόλληση: Η πρώτη σταθερή σχέση που αναπτύσσει το βρέφος είναι με τη μητέρα ή το πρόσωπο

που την υποκαθιστά μόνιμα στη φροντίδα του. Το βρέφος δείχνει έντονη επιθυμία να είναι με τη μητέρα και δυσαρέσκεια όταν φεύγει ή απουσιάζει. Στο 1½ έτος το βρέφος έχει αναπτύξει σταθερές σχέσεις και προσκολλήσεις και με άλλα πρόσωπα του οικογενειακού περιβάλλοντος.

Προσχολική ηλικία

Η μετάβαση στην προσχολική ηλικία σηματοδοτείται από την απόκτηση ενός βαθμού ανεξαρτησίας του νηπίου, το οποίο στην προηγούμενη φάση ήταν σχεδόν πλήρως εξαρτημένο από τους γονείς του για την ικανοποίηση των αναγκών του. Σε αυτή την αναπτυξιακή βαθμίδα πλέον αρχίζει προοδευτικά να αποκτά δεξιότητες που αφορούν στην εξυπηρέτηση των αναγκών του, τον έλεγχο των σωματικών λειτουργιών και της συμπεριφοράς.

Σωματική ανάπτυξη: Η σωματική ανάπτυξη συνεχίζεται με γοργό ρυθμό και σε αυτή την αναπτυξιακή βαθμίδα, σημαντικές αλλαγές παρατηρούνται στις διαστάσεις και στις αναλογίες του σώματος. Στο δεύτερο έτος, το ύψος του παιδιού είναι περίπου 80 εκατοστά και το βάρος του κατά μέσον όρο 12 κιλά, τα αγόρια υπερέρχουν ως προς το ύψος και το βάρος από τα κορίτσια καθ' όλη τη διάρκεια αυτής της περιόδου. Το νήπιο τρέχει, συμμετέχει σε κινητικές δραστηριότητες και παιχνίδια, ανεβαίνει σε έπιπλα, σκάλες και δένδρα κ.τ.λ., έχει δε αποκτήσει καλή ισορροπία (Kail & Cavanaugh, 2018 · Παρασκευόπουλος, 1985). Το νήπιο επιτυγχάνει προοδευτικά τον συντονισμό και τον έλεγχο των κινήσεων και των αισθητηριακών λειτουργιών. Σημαντικός παράγοντας για την ανάπτυξη είναι η άσκηση και οι εμπειρίες από τη συμμετοχή σε διάφορες δραστηριότητες που έχουν ως βάση την κίνηση και την έντονη σωματική δραστηριότητα.

Κατά την περίοδο αυτή απαραίτητος είναι ο εμβολιασμός των νηπίων για την αντιμετώπιση ποικίλων ασθενειών, και ιδιαίτερη πρέπει να είναι η προσοχή των γονέων όσον αφορά στην επίβλεψη και στην προστασία των νηπίων από τα διάφορα ατυχήματα, τα οποία συμβαίνουν συχνά εξαιτίας της αυξανόμενης τάσης τους για αυτονομία και ανεξαρτησία.

Γνωστική ανάπτυξη: Στον τομέα των γνωστικών λειτουργιών, αναπτύσσεται η συμβολική ικανότητα, το νήπιο μπορεί να αναπαριστά τον εξωτερικό κόσμο και τις εμπειρίες με τη μορφή νοητικών αναπαραστάσεων, εικόνων. Όμως η σκέψη του παραμένει εγωκεντρική, δηλαδή αντιλαμβάνεται τον κόσμο μέσα από τη δική του οπτική.

Κατά την προσχολική περίοδο, έχει έντονη διάθεση να γνωρίσει και να εξερευνήσει τον κόσμο, διαμορφώνει τις πρώτες έννοιες. Βασικό διακριτικό γνώρισμα του νηπίου είναι η περιέργεια, για αυτό συνεχώς ρωτά τους ενήλικες για το πως ή γιατί συμβαίνουν διάφορα πράγματα, ή τι είναι το κάθε αντικείμενο. Ακόμη βελτιώνεται η λειτουργία της μνήμης, η γλωσσική ανάπτυξη είναι πολύ γρήγορη και σημαντική καθώς αυξάνει το λεξιλόγιο και η δυνατότητα για παραγωγή ολοκληρωμένων προτάσεων. Το νήπιο κατά την περίοδο αυτή εμφανίζει την ικανότητα να κρατά το μολύβι και να κάνει τα πρώτα του σχέδια, σχήματα και άλλες συμβολικές αναπαραστάσεις του κόσμου και της εμπειρίας του.

Κοινωνική - Συναισθηματική ανάπτυξη: Περί το τρίτο έτος, το νήπιο κατανοεί τον κοινωνικό ρόλο του φύλου, μπορεί να διακρίνει τις διαφορές ανάμεσα στα δύο φύλα, αρχικά με βάση εξωτερικά χαρακτηριστικά, ενώ από το πέμπτο έτος λαμβάνει υπόψη τα μόνιμα σωματικά και ανατομικά χαρακτηριστικά. Παράλληλα, αυξάνονται οι δυνατότητες για αλληλεπίδραση και τα νήπια δημιουργούν φιλικές σχέσεις με τους συνομηλίκους. Σταδιακά το παιχνίδι από *μοναχικό* στο δεύτερο έτος (το νήπιο παίζει συνήθως μόνο του), στο τρίτο έτος γίνεται *παράλληλο* (τα νήπια παίζουν το ένα δίπλα στο άλλο, χωρίς να αλληλεπιδρούν) και στο τέταρτο έτος γίνεται *συντροφικό* (Παρασκευόπουλος, 1985).

Ωστόσο, σε αυτή την ηλικία μπορεί να εμφανιστούν φαινόμενα κακοποίησης των νηπίων είτε από τους γονείς ή από άλλα πρόσωπα του συγγενικού και ευρύτερου περιβάλλοντος τους. Το φαινόμενο αυτό είναι ιδιαίτερα σοβαρό και έχει σημαντικές αρνητικές συνέπειες όχι μόνον για τη ψυχική και κοινωνική ανάπτυξη, αλλά και για τη σωματική υγεία του παιδιού.

Μέση παιδική ή σχολική ηλικία

Η περίοδος αυτή καλύπτει την ηλικιακή βαθμίδα από το 6ο έως το 12ο έτος, πρόκειται για παιδιά που φοιτούν στο δημοτικό σχολείο και για αυτό το λόγο συχνά αυτή η αναπτυξιακή περίοδος προσδιορίζεται και ως περίοδος της σχολικής ηλικίας. Σημαντική θεωρείται η ετοιμότητα του παιδιού για μάθηση, καθώς οι γνωστικές λειτουργίες και ιδιαίτερα η φαντασία εξελίσσονται και το παιδί αναπτύσσει και βελτιώνει πολλές δεξιότητες. Είναι μια περίοδος χωρίς ιδιαίτερες εντάσεις, στην οποία το παιδί έχει μία συναισθηματική σταθερότητα. Βασικό χαρακτηριστικό αυτής της περιόδου είναι η περιέργεια και η επιθυμία για μάθηση και εξερεύνηση του κόσμου. Την περίοδο αυτή τα παιδιά αναπτύσσουν φίλιες, ωστόσο η οικογένεια και οι γονείς παραμένουν περισσότερο σημαντικοί από ότι άλλα πρόσωπα στη ζωή τους (Santrock, 2002).

Σωματική ανάπτυξη: Στο 7ο έτος το βάρος του παιδιού κυμαίνεται στα 22 ή 23 κιλά και το μέσο ύψος τους είναι 120 εκατοστά. Το ύψος των παιδιών αυξάνει κατά 5 έως 6 ή και 7 εκ. το χρόνο και το βάρος τους αυξάνει κατά 2 έως 5 κιλά (Feldman, 2011 • Παρασκευόπουλος, 1985).

Όσον αφορά στην σωματική ανάπτυξη, αξιοσημείωτο είναι ότι αυξάνει αρκετά η δύναμη του μυϊκού συστήματος, σχεδόν διπλασιάζεται, καθώς και οι κινητικές δυνατότητες, ενώ τα αγόρια συνήθως διαθέτουν μεγαλύτερη μυϊκή δύναμη σε σχέση με τα κορίτσια.

Με άλλα λόγια, οι κινητικές δεξιότητες αναπτύσσονται σε σημαντικό βαθμό, τα παιδιά αποκτούν καλύτερο έλεγχο και συντονισμό της κινητικής συμπεριφοράς και του σώματος, και αυτό εκδηλώνεται μέσα από την ανάγκη για κίνηση, συμμετοχή σε παιχνίδια και κινητικές δραστηριότητες, οι οποίες είναι ευνοϊκές για τη σωματική και τη συνολική τους ανάπτυξη (Santrock, 2002).

Γνωστική ανάπτυξη: Οι αλλαγές στη λειτουργία του εγκεφάλου επηρεάζουν και βελτιώνουν τις γνωστικές λειτουργίες της σκέψης, της αντίληψης και της επίλυσης προβλημάτων και προς το τέλος αυτής

της περιόδου παρατηρείται αύξηση του ελέγχου των γνωστικών δυνατοτήτων και λειτουργιών του παιδιού (Kail & Cavanaugh, 2018). Βασικές γνωστικές ικανότητες είναι η λογική ταξινόμηση αντικειμένων και ερεθισμάτων και η κωδικοποίηση και αναπαράσταση των βασικών στοιχείων ενός προβλήματος (Cole & Cole, 2002).

Η ικανότητα της μνήμης αυξάνει σημαντικά και παράλληλα το παιδί αρχίζει να κατανοεί τις λειτουργίες της, στοιχείο που ενισχύει τις δυνατότητες για μάθηση και απομνημόνευση. Όσον αφορά στη γλωσσική ανάπτυξη, το λεξιλόγιο διευρύνεται και η εκμάθηση της γραμματικής και των κανόνων της επιτυγχάνεται με μεγαλύτερη ευκολία. Το παιδί χρησιμοποιεί λογικές πράξεις και μπορεί να λαμβάνει υπόψη του περισσότερες οπτικές για την επίλυση ή την αντιμετώπιση ενός προβλήματος ή μίας κατάστασης (Feldman, 2011).

Κοινωνική – Συναισθηματική ανάπτυξη: Το παιδί προσπαθεί να κατανοήσει τον εαυτό του, τον οποίο αντιλαμβάνεται όχι με βάση μόνον τα εξωτερικά, σωματικά χαρακτηριστικά του, αλλά και με βάση τα ψυχολογικά χαρακτηριστικά. Προσδιορίζει τον εαυτό του έχοντας συχνά ως κριτήριο τις επιδόσεις και τις ικανότητες του (π.χ. στον αθλητισμό, τις καλλιτεχνικές δραστηριότητες).

Μπορεί να συγκρίνει τη συμπεριφορά και τις ικανότητες του με τις ικανότητες άλλων ατόμων, ενώ η αυτοεκτίμηση του είναι σχετικά υψηλή σε όλη τη διάρκεια αυτής της περιόδου, και μόνο προς το τέλος της αρχίζει να μειώνεται. Κατά τη μέση παιδική ηλικία, η δημιουργία και η σύναψη φιλικών σχέσεων είναι αρκετά σημαντική. Στην αρχή αυτής της περιόδου η σύναψη φιλικών σχέσεων βασίζεται σε κοινές δραστηριότητες και με την πάροδο του χρόνου στηρίζεται περισσότερο στην εμπιστοσύνη και στην ψυχολογική εγγύτητα μεταξύ των παιδιών (Feldman, 2011). Τα παιδιά που διαμορφώνουν επιτυχημένες κοινωνικές και φιλικές σχέσεις, εμφανίζουν υψηλή κοινωνική επάρκεια, δηλαδή υψηλές κοινωνικές δεξιότητες. Επιπλέον, οι σχέσεις με τους γονείς αλλάζουν καθώς τα παιδιά μεγαλώνουν. Οι περισσότερες έρευνες δείχνουν ότι οι γονείς περιμένουν από τα παιδιά να αναλάβουν περισσότερα καθήκοντα και υποχρεώσεις, δηλαδή να είναι περισσότερο υπεύθυνα. Για να διαπαιδαγωγήσουν τα παιδιά προς αυτή την κατεύθυνση χρησιμοποιούν διάφορες στρατηγικές (Cole & Cole, 2002).

Πιθανά προβλήματα και κίνδυνοι για τα παιδιά σχολικής ηλικίας

Σημαντικά προβλήματα που αντιμετωπίζει ένας αριθμός παιδιών σχολικής ηλικίας είναι τα ακόλουθα:

- *Μαθησιακές δυσκολίες (συχνά είναι τα προβλήματα και οι δυσκολίες στην γραφή, την ανάγνωση και τα μαθηματικά).*
- *Προβλήματα προσαρμογής στο σχολείο, σχολική αποτυχία και χαμηλή επίδοση.*
- *Η αύξηση της ανεξαρτησίας ίσως οδηγήσει ή εκθέσει το παιδί σε ατυχήματα και σε κινδύνους κατά τη χρήση του διαδικτύου.*

- Δεν εμφανίζονται σοβαρά προβλήματα στο επίπεδο της σωματικής υγείας, ωστόσο, η παιδική παχυσαρκία είναι ένα πρόβλημα που έχει αρχίσει να λαμβάνει τα τελευταία χρόνια σοβαρές διαστάσεις στις δυτικές κοινωνίες.

Εφηβεία

Η εφηβεία είναι μία μεταβατική περίοδος, κατά την οποία πραγματοποιείται η μετάβαση από την παιδική ηλικία στην ενήλικη ζωή. Πριν από την εφηβεία προηγείται η **ήβη**, το πρώιμο στάδιο της εφηβείας, κατά το οποίο παρατηρούνται αρκετές σωματικές αλλαγές και λιγότερο ψυχολογικές.

Η διάρκεια της εφηβείας εκτείνεται από το 12ο μέχρι το 18ο έτος, ενώ η ύστερη εφηβεία διαρκεί μέχρι το 20ο έτος της ζωής του ατόμου. Κατά την περίοδο της ήβης, το άτομο έχει χαρακτηριστικά παιδιού, αλλά σταδιακά εμφανίζει χαρακτηριστικά που προσιδιάζουν στους ενήλικες. Το άτομο δεν είναι πια παιδί, ούτε όμως έχει γίνει και ενήλικος. Με το τέλος της εφηβείας το άτομο εισέρχεται στην ενήλικη ζωή, γεγονός το οποίο σηματοδοτεί την ανεξαρτησία του από τους γονείς και την οικογένεια γενικότερα. Ωστόσο, το τέλος της εφηβείας δεν συμπίπτει σε όλες τις χώρες και τους πολιτισμούς με την ενηλικίωση.

Η εφηβεία διακρίνεται σε τρεις επιμέρους φάσεις στις οποίες το άτομο έχει διαφορετικά χαρακτηριστικά και αντιδράσεις. Οι επιμέρους αυτές φάσεις είναι:

1. Η ήβη (11 - 13)

2. Μέση εφηβεία (14-17)

3. Ύστερη εφηβεία (18-20)

Σωματική ανάπτυξη: Στην εφηβεία, η σωματική ανάπτυξη είναι γρήγορη, παρατηρούνται αλλαγές στις διαστάσεις του σώματος, στο ορμονικό σύστημα, στην εμφάνιση χαρακτηριστικών του φύλου, π.χ. στα αγόρια αλλάζει η φωνή, αυξάνει η μυϊκή μάζα και αντίστοιχα στα κορίτσια εμφανίζεται η έμμηνος ρήση κ.τ.λ.. Σε σωματικό επίπεδο, η ανάπτυξη των γεννητικών οργάνων και λειτουργιών, οδηγεί προοδευτικά στην εμφάνιση της ικανότητας για σεξουαλικές σχέσεις.

Γνωστική ανάπτυξη: Η σκέψη και οι νοητικές ικανότητες των εφήβων εξελίσσονται δραματικά, ιδιαίτερα η αντίληψη και η προσοχή αποκτούν μεγάλη ευελιξία. Ένα σημαντικό επίτευγμα είναι η ικανότητα του εφήβου να σκέφτεται με βάση τους κανόνες και τις αρχές της τυπικής λογικής, επιπλέον μπορεί να διερευνά το πιθανό, δηλαδή να εξετάζει πιθανές λύσεις σε προβλήματα.

Οι έφηβοι έχουν τη δυνατότητα να οργανώνουν και να προγραμματίζουν μελλοντικές ενέργειες και δραστηριότητες. Μπορούν να διαμορφώνουν υποθέσεις, την ορθότητα των οποίων ελέγχουν, παράγουν ιδέες, δημιουργούν θεωρίες για να εξηγήσουν φαινόμενα, εμπειρίες και γεγονότα της πραγματικότητας. Οι ορίζοντες και τα όρια του στοχασμού τους αποκτούν μεγάλο εύρος, σκέφτονται και ενδιαφέρονται για ποικίλα κοινωνικά, ηθικά, πολιτικά, οικονομικά και άλλα ζητήματα.

Ωστόσο, υπάρχουν ορισμένοι περιορισμοί και αδυναμίες στη σκέψη των εφήβων, εκ των οποίων η πιο χαρακτηριστική είναι ο εφηβικός εγωκεντρισμός. Οι έφηβοι είναι επικεντρωμένοι στον εαυτό τους και αντιλαμβάνονται, προσεγγίζουν τον κόσμο μέσα από την δική τους προσωπική οπτική.

Μία άλλη εκδήλωση του εφηβικού εγωκεντρισμού είναι το φανταστικό ακροατήριο, που ως έννοια αναφέρεται στην τάση των εφήβων να πιστεύουν ότι αποτελούν διαρκώς το επίκεντρο της προσοχής και του ενδιαφέροντος των άλλων. Ακόμη, θεωρούν ότι οι δικές τους εμπειρίες είναι μοναδικές και ξεχωριστές και ότι οι κανόνες και οι περιορισμοί δεν μπορούν να ισχύουν για αυτούς, που είναι ξεχωριστά άτομα. Με άλλα λόγια οι έφηβοι αδυνατούν να «διακρίνουν το υποκειμενικό από το καθολικό» (Tucker, 1999).

Συχνά οι έφηβοι εξαιτίας της ανάπτυξης των ικανοτήτων τους για αφαιρετική σκέψη, τείνουν να διαφωνούν με τις απόψεις των ενηλίκων, απλά και μόνο για να διαφωνούν. Παρά την σημαντική ανάπτυξη των νοητικών λειτουργιών οι έφηβοι, έχουν ακόμη ανάγκη από υποστήριξη και καθοδήγηση από τους γονείς, ιδιαίτερα όσον αφορά στη λήψη σημαντικών αποφάσεων.

Κοινωνική - Συναισθηματική ανάπτυξη: Η εφηβεία παραδοσιακά γίνεται αντιληπτή ως μία περίοδος έντονης συναισθηματικής αναστάτωσης, άποψη η οποία ισχύει σε σημαντικό βαθμό. Αυτή η ένταση εκφράζεται στην οικογένεια και στις σχέσεις με τους γονείς, όπου οι συγκρούσεις είναι συχνές, ακόμη και για απλά καθημερινά θέματα (ενδυμασία, σχολικές δραστηριότητες, έξοδοι με τους φίλους). Οι συγκρούσεις γίνονται αντιληπτές ως μέρος της διαδικασίας αυτονομίας των εφήβων και αποκτούν μεγάλη ένταση, όταν οι γονείς αντιστέκονται σε αυτή τη διαδικασία (Smith, Cowie & Blades, 2018).

Η ομάδα των συνομηλίκων και η επίδραση της: Από την αρχή της εφηβείας παρατηρείται η συμμετοχή των εφήβων σε ομάδες συνομηλίκων, που έχουν ως αντικείμενο κοινά ενδιαφέροντα και δραστηριότητες. Σταδιακά περιορίζεται η επίδραση της οικογένειας και αυξάνει ο ρόλος και η επίδραση της ομάδας των συνομηλίκων. Γενικά οι έφηβοι επιδιώκουν την αποδοχή των φίλων και των συνομηλίκων τους, η οποία μπορεί να είναι για πολλούς εφήβους η πιο σημαντική «πτυχή της ζωής τους» (Santrock, 1998). Η συμμετοχή στην ομάδα των συνομηλίκων παρέχει πολλές μαθησιακές ευκαιρίες όπως είναι π.χ. η εκμάθηση κοινωνικών ρόλων, η συνεργασία, η ομαδική εργασία, η αλληλεγγύη κ.ά.. Ωστόσο, η ομάδα των συνομηλίκων μπορεί να έχει και αρνητική επίδραση, κυρίως στην εκδήλωση επικίνδυνων μορφών συμπεριφοράς που επισημαίνονται πιο κάτω (π.χ. χρήση ουσιών, παραβατική συμπεριφορά).

Η διαμόρφωση της ταυτότητας: Ένα από τα σημαντικότερα επιτεύγματα των εφήβων είναι η διαμόρφωση της ταυτότητας, μία διαδικασία στην οποία σημαντικό ρόλο διαδραματίζει και η οικογένεια.

Η ταυτότητα αποτελεί απάντηση στα ερωτήματα ποιος είμαι, που πηγαίνω και πως σχετίζομαι με τους άλλους (Hogg & Abrams, 1988). Όταν οι γονείς είναι υποστηρικτικοί και αναγνωρίζουν τις ανάγκες των εφήβων, τότε δημιουργείται μια αίσθηση ασφάλειας στους εφήβους προκειμένου να διερευνήσουν νέους ρόλους και να αναπτύξουν πλευρές του εαυτού τους (McLean & Syed, 2015).

Κίνδυνοι στην Εφηβεία

Ορισμένοι έφηβοι εκδηλώνουν επικίνδυνες συμπεριφορές, πρόκειται κυρίως για εφήβους που έχουν χαμηλή αυτοεκτίμηση, προβλήματα συμπεριφοράς και έλλειψη κοινωνικών δεξιοτήτων. Σε αυτές τις περιπτώσεις πρέπει να γίνεται διάκριση ανάμεσα:

I. Στην αναζήτηση νέων μορφών συμπεριφοράς, στη διαμόρφωση νέας ταυτότητας, και δεξιοτήτων από τους εφήβους, δηλαδή στη φυσιολογική διαδικασία ανάπτυξης των εφήβων και

II. Την υπερεκτίμηση, τη μη ρεαλιστική αντίληψη των δεξιοτήτων τους που εκδηλώνουν ορισμένοι έφηβοι, την έλλειψη ωριμότητας ή την αδυναμία αντίστασης στις αρνητικές πιέσεις της ομάδας. Στην περίπτωση αυτή πρόκειται για εφήβους που αντιμετωπίζουν λιγότερο ή περισσότερο σοβαρά προβλήματα.

Συνήθεις επικίνδυνες συμπεριφορές στην εφηβεία είναι οι ακόλουθες:

- *Κάπνισμα, χρήση αλκοόλ*
- *Χρήση ουσιών*
- *Επικίνδυνη οδήγηση και ατυχήματα*
- *Συμπεριφορά που σχετίζεται με τραυματισμούς*
- *Ανασφαλή σεξουαλική συμπεριφορά και εφηβική εγκυμοσύνη*
- *Παραβατική συμπεριφορά (κλοπές, εξαπάτηση)*
- *Βίαιη, επιθετική συμπεριφορά και αντικοινωνικές πράξεις*
- *Προβλήματα που αφορούν τη διατροφή (παχυσαρκία)*

Μία σειρά από ενδείξεις στη διάθεση, τη συμπεριφορά, τις δραστηριότητες και το σώμα (π.χ. άγχος, ευερεθιστικότητα, απόσυρση, καταθλιπτική διάθεση, αργοπορημένη αφύπνιση, κ.ά.) μαρτυρούν συχνά την εμφάνιση επικίνδυνων συμπεριφορών στους εφήβους. Οι γονείς θα πρέπει να είναι προσεκτικοί σε αυτές τις ενδείξεις και τις αλλαγές στη συμπεριφορά και τη ζωή των εφήβων. Σε αυτές τις περιπτώσεις οι έφηβοι έχουν ανάγκη από βοήθεια και προστασία από τους γονείς και από εξειδικευμένες υπηρεσίες υγείας κ.τ.λ. στις οποίες πρέπει να απευθυνθούν.

Τα αποτελέσματα μίας θετικής πορείας ανάπτυξης στην εφηβεία είναι τα ακόλουθα:

- Η αποφοίτηση από τη δευτεροβάθμια εκπαίδευση.
- Η είσοδος στο πανεπιστήμιο, ή σε άλλες μορφές επαγγελματικής εκπαίδευσης ή/ και η είσοδος στην αγορά εργασίας.
- Ο εθελοντισμός και η κοινωνική προσφορά.
- Η ενασχόληση με διάφορες μορφές τέχνης, όπως είναι η μουσική, το θέατρο και άλλες.

Σημαντικά αναπτυξιακά επιτεύγματα κατά την εφηβεία είναι τα ακόλουθα:

- Σωματική ανάπτυξη και σεξουαλική ωριμότητα.
- Η διαμόρφωση της ταυτότητας (προσωπική, κοινωνική, επαγγελματική και σεξουαλική ταυτότητα).
- Απόκτηση ικανότητας για σκέψη, λήψη αποφάσεων και σχεδιασμό-καθορισμό της ζωής.
- Μετάβαση στην ενήλικη ζωή.
- Είσοδος στον κόσμο της εργασίας.

Ατομικές διαφορές στην Ανάπτυξη

Η περιγραφή των σταδίων της ανάπτυξης, προσφέρει μία συνολική εικόνα για τη διαδικασία και την πορεία της ανάπτυξης του παιδιού και του εφήβου και περιγράφει τις γενικές κατευθύνσεις στην ανάπτυξη.

Ωστόσο, «κάθε παιδί είναι μοναδικό» (Meggitt, 2006), παρουσιάζει διαφορετικό ρυθμό στην ανάπτυξη των δεξιοτήτων του και για αυτό το λόγο δεν θα πρέπει να μας προκαλεί ανησυχία, αν υπάρχει μικρή καθυστέρηση στην ανάπτυξη δεξιοτήτων, στις διαστάσεις του σώματος ή σε άλλες λειτουργίες.

Επίσης, διαφορές παρατηρούνται μεταξύ των ατόμων όσον αφορά στην σωματική, τη γνωστική, την συναισθηματική και την κοινωνική ανάπτυξη. Αυτές οι διαφορές παρατηρούνται ήδη αρκετά πρώιμα στη ζωή των παιδιών, και αφορούν ακόμη και βασικές βιολογικές λειτουργίες, π.χ. τον ύπνο ή στην ανάπτυξη των σωματικών διαστάσεων, το ύψος, το βάρος κ.τ.λ., χωρίς αυτό να υποδηλώνει την ύπαρξη κάποιου προβλήματος.

Ακόμη διαφορές παρατηρούνται στο ρυθμό ανάπτυξης αλλά και σε άλλα χαρακτηριστικά ανάμεσα στα κορίτσια και τα αγόρια, όπως π.χ. ότι τα αγόρια είναι πιο ευάλωτα ήδη από τη στιγμή της γέννησης, ενώ τα κορίτσια προηγούνται ως προς την ωριμότητα (Petersen, 1988). Ορισμένες από αυτές τις διαφορές μπορεί να οφείλονται σε γενετικούς παράγοντες, ή σε διαφορές όσον αφορά στις αρχές και τα

πρότυπα ανατροφής των αγοριών και των κοριτσιών, τις αρχές, αξίες και άλλες πολιτισμικές και κοινωνικές επιδράσεις. Για παράδειγμα στο δυτικό πολιτισμό, τα αγόρια αναμένεται να είναι πιο ενεργητικά και δραστήρια, ακόμη και πιο επιθετικά, από τα κορίτσια.

6. Μέθοδοι και εργαλεία εκπαίδευσης για την κατανόηση της ύλης

I. Μελέτη Περίπτωσης

Ο Βασίλης ένα αγόρι σχολικής ηλικίας, έχει τοποθετηθεί σε ανάδοχη οικογένεια και προσπαθεί να βρει τη θέση του σε αυτή αλλά και να κατανοήσει τους ρόλους των αναδόχων γονέων του. Ο Βασίλης είναι 8 ετών, αλλά δείχνει μικρότερος και πιο ανώριμος, έχει ανάγκη από αυξημένη φροντίδα και εποπτεία από τους ανάδοχους γονείς. Αν και έχει αναπτύξει μια σχέση προσέγγισης με τους ανάδοχους γονείς τους τελευταίους έξι μήνες, ωστόσο αποφεύγει να συνδεθεί μαζί τους και πλησιάζει περισσότερο άλλους ανθρώπους που γνωρίζει.

Οι ανάδοχοι γονείς αισθάνονται ότι δεν είναι επαρκείς στο ρόλο τους αλλά και ότι το παιδί δεν μπορεί να δεχθεί την αγάπη, τη φροντίδα και τη ζεστασιά που του προσφέρουν. Ο Βασίλης πιστεύει ότι μπορεί γρήγορα να αλλάξει οικογένεια, όπως έγινε και πρόσφατα, αισθάνεται αβεβαιότητα και για αυτό αποφεύγει να συνδεθεί περισσότερο μαζί τους.

Αφού μελετήσετε την περίπτωση του Βασίλη, απαντήστε στα ακόλουθα ερωτήματα:

- Τι δυσκολίες αντιμετωπίζει ο Βασίλης;
- Με ποιο τρόπο θα μπορούσαν οι ανάδοχοι γονείς να τον βοηθήσουν;
- Πιστεύετε ότι οι ανάδοχοι γονείς έχουν ανάγκη από τη βοήθεια ή την υποστήριξη κάποιου ειδικού για να ανταποκριθούν καλύτερα στο ρόλο τους;

II. Περιγράψτε ποιες κατά τη γνώμη σας είναι οι πιο σημαντικές ανάγκες των παιδιών μέσα από την αφήγηση ενός παραμυθιού ή μίας σύντομης ιστορίας, την οποία ακούγατε συχνά ως παιδιά. Στην συνέχεια μπορείτε να συζητήσετε στην ομάδα πως κάθε γονέας αντιλαμβάνεται τις ανάγκες των παιδιών.

III. Ποιες είναι οι δικές σας ανάγκες ως γονείς και πως σχετίζονται με τις ανάγκες των παιδιών; Αναζητήστε κοινά και διαφορετικά στοιχεία, αλλά και ενδεχόμενη φαινομενική ασυμβατότητα ή σύγκρουση μεταξύ των αναγκών των γονέων και των παιδιών.

Αυτοαξιολόγηση των συμμετεχόντων

Μετά την ολοκλήρωση της ενότητας καλείστε να αξιολογήσετε τη διαδικασία και να απαντήσετε στα ακόλουθα ερωτήματα:

- Σε ποια θέματα κρίνετε ότι χρειάζεστε περισσότερη ενημέρωση;
- Σας έχουν δημιουργηθεί απορίες και ερωτήματα κατά την παρουσίαση της θεματικής ενότητας;
- Έχετε σκεφτεί πιθανές δυσκολίες που θα συναντήσετε κατά την ανατροφή του παιδιού κατά την πορεία της ανάπτυξης τους;
- Ποιες σκέψεις σας δημιουργήθηκαν κατά την παρουσίαση αυτής της ενότητας;
- Έχουν αλλάξει κάποιες αντιλήψεις για τον ρόλο των γονέων στην ανατροφή των παιδιών;
- Εκτιμάτε ότι έχετε αποκτήσει μια ολοκληρωμένη εικόνα για την πορεία της ανάπτυξης του παιδιού;

Σύνοψη

Στην ενότητα αυτή εξετάσαμε τις ανάγκες των παιδιών, τις προσδοκίες των αναδόχων γονέων και την πορεία σωματικής και ψυχικής ανάπτυξης των παιδιών και των εφήβων. Οι ανάγκες των παιδιών διαφοροποιούνται ανάλογα με τα στάδια ανάπτυξης. Οι γονείς θα πρέπει να δείχνουν αρκετή ευαισθησία στην ικανοποίηση αυτών των αναγκών, γιατί παράλληλα μέσα από αυτές εκδηλώνεται η αγάπη και η απαραίτητη φροντίδα για τα παιδιά. Ιδιαίτερα στα πρώτα χρόνια της ζωής τους τα παιδιά, δεν έχουν τη δυνατότητα να καλύπτουν μόνο τους ζωτικές για την επιβίωση τους ανάγκες και εξαρτώνται πλήρως από τους γονείς τους. Σημαντικές ανάγκες των παιδιών είναι:

- Η Ανάγκη για Φροντίδα, Προστασία και Αγάπη.
- Η Ανάγκη για νέα ερεθίσματα, εμπειρίες και εκπαίδευση.
- Η ανάγκη και η αξία του παιχνιδιού για το παιδί.
- Η ανάγκη για έπαινο και αναγνώριση.
- Η σταθερή οικογενειακή ατμόσφαιρα και η ανάγκη για υποστήριξη.

Ο ρόλος και η λειτουργία του γονέα εκφράζεται μέσα από δραστηριότητες και ενέργειες που σχετίζονται με την επιβίωση και την ανάπτυξη του παιδιού, οι οποίες επιδρούν στη διαμόρφωση της προσωπικότητας του παιδιού και στην καλλιέργεια δεξιοτήτων.

Οι προσδοκίες των γονέων αποτελούν βασική πηγή άσκησης επιρροής στα παιδιά καθ' όλη την πορεία της ανάπτυξης τους μέχρι και την ενήλικη ζωή. Οι προσδοκίες των γονέων συνδέονται με τη συμμετοχή τους στην οργάνωση και την παρακολούθηση των δραστηριοτήτων στις οποίες συμμετέχει το παιδί, στη σχολική επίδοση, στην οργάνωση των δραστηριοτήτων του ελεύθερου χρόνου και στην συμμετοχή στην οικογενειακή ζωή.

Η ανάπτυξη είναι η ακολουθία των σωματικών και ψυχολογικών αλλαγών που παρατηρούνται από την γέννηση και καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής. Η ανάπτυξη του παιδιού διακρίνεται σε πέντε χρονολογικές-αναπτυξιακές περιόδους, οι οποίες είναι οι ακόλουθες:

- Προγεννητική περίοδος
- Βρεφική ηλικία
- Προσχολική ή νηπιακή ηλικία
- Μέση Παιδική ή σχολική ηλικία
- Εφηβεία

Η βρεφική περίοδος ξεκινά με τη γέννηση και εκτείνεται μέχρι το δεύτερο έτος. Μετά την γέννηση, σημαντικές αλλαγές επισυμβαίνουν στο επίπεδο της ανάπτυξης του εγκεφάλου, των αντιληπτικών και των γνωστικών λειτουργιών, την κίνηση και την γλώσσα, την ανάπτυξη του πρωταρχικού δεσμού και των πρώτων διαπροσωπικών σχέσεων. Στο τέλος αυτής της περιόδου το παιδί μπορεί να μιλά, να περπατά μόνο του όρθιο, χωρίς τη βοήθεια των ενηλίκων, έχει αναπτύξει προσκόλληση προς την μητέρα και σταδιακά προς άλλα πρόσωπα του οικογενειακού περιβάλλοντος.

Στην προσχολική ηλικία, η σωματική ανάπτυξη συνεχίζεται με γρήγορο ρυθμό και σε αυτή την αναπτυξιακή βαθμίδα, σημαντικές αλλαγές συμβαίνουν στις διαστάσεις και στις αναλογίες του σώματος. Το παιδί τρέχει, συμμετέχει σε κινητικές δραστηριότητες, ανεβαίνει σε έπιπλα, σκάλες και δένδρα, έχει δε καλή ισορροπία. Κατά την περίοδο αυτή είναι απαραίτητος ο εμβολιασμός των παιδιών για την αντιμετώπιση ποικίλων ασθενειών καθώς και η πρόληψη των ατυχημάτων.

Το παιδί διαμορφώνει τις πρώτες έννοιες, έχει έντονη διάθεση να γνωρίσει και να εξερευνήσει τον κόσμο, βασικό διακριτικό γνώρισμα του είναι η περιέργεια, για αυτό συνεχώς ρωτά τους ενήλικες για το πως συμβαίνουν ή γιατί συμβαίνουν διάφορα πράγματα. Κατά την περίοδο αυτή αυξάνονται οι δυνατότητες για αλληλεπίδραση με τους συνομηλίκους, κατανοεί τον κοινωνικό ρόλο του φύλου, διακρίνει τις διαφορές ανάμεσα στα δύο φύλα, αρχικά με βάση εξωτερικά χαρακτηριστικά και αργότερα με βάση τα ανατομικά χαρακτηριστικά.

Η Μέση Παιδική ή Σχολική Ηλικία ως περίοδος καλύπτει την ηλικία 6-12 ετών. Πρόκειται για τα παιδιά που φοιτούν στο δημοτικό σχολείο. Σημαντική θεωρείται η ετοιμότητα του παιδιού

για μάθηση, επειδή οι γνωστικές λειτουργίες και ιδιαίτερα η φαντασία εξελίσσονται, το παιδί αναπτύσσει και βελτιώνει πολλές δεξιότητες. Είναι μια περίοδος χωρίς ιδιαίτερες συναισθηματικές εντάσεις, κατά την οποία το παιδί έχει περιέργεια, επιθυμία για μάθηση και έρευνα του κόσμου της εμπειρίας. Παράλληλα, τα παιδιά δημιουργούν φιλίες, ωστόσο οι γονείς και η οικογένεια είναι περισσότερο σημαντικοί για τα παιδιά.

Η εφηβεία είναι μία μεταβατική περίοδος, κατά την οποία πραγματοποιείται η μετάβαση από την παιδική στην εφηβική ηλικία. Η διάρκεια αυτού του σταδίου εκτείνεται από το 12ο μέχρι το 20ο έτος της ζωής του ατόμου.

Η εφηβεία διακρίνεται σε τρεις επιμέρους φάσεις στις οποίες το άτομο έχει διαφορετικά χαρακτηριστικά και αντιδράσεις. Οι επιμέρους αυτές φάσεις είναι:

1. Η ήβη (11 - 13)

2. Μέση εφηβεία (14-17)

3. Ύστερη εφηβεία (18-20)

Οι έφηβοι έχουν τη δυνατότητα να οργανώνουν και να προγραμματίζουν μελλοντικές ενέργειες και δραστηριότητες. Μπορούν να διαμορφώνουν υποθέσεις των οποίων την ορθότητα ελέγχουν, παράγουν ιδέες, δημιουργούν θεωρίες για να εξηγήσουν φαινόμενα, εμπειρίες και γεγονότα της πραγματικότητας. Ωστόσο, υπάρχουν ορισμένοι περιορισμοί και αδυναμίες στη σκέψη των εφήβων, εκ των οποίων η πιο χαρακτηριστική είναι ο εφηβικός εγωκεντρισμός. Οι έφηβοι είναι επικεντρωμένοι στον εαυτό τους, αντιλαμβάνονται και προσεγγίζουν τον κόσμο μέσα από την δική τους προσωπική οπτική.

Η εφηβεία είναι περίοδος που παραδοσιακά γίνεται αντιληπτή ως μία περίοδος έντονης συναισθηματικής αναστάτωσης, η άποψη αυτή ισχύει σε σημαντικό βαθμό. Αυτή η ένταση εκφράζεται στην οικογένεια και στις σχέσεις με τους γονείς, όπου οι συγκρούσεις είναι συχνές, ακόμη και για απλά καθημερινά θέματα. Στην εφηβεία η ομάδα των συνομηλίκων έχει καθοριστική επίδραση, από την αρχή οι έφηβοι συμμετέχουν σε ομάδες συνομηλίκων, που έχουν ως αντικείμενο κοινά ενδιαφέροντα και δραστηριότητες. Ένα από τα σημαντικότερα επιτεύγματα των εφήβων είναι η διαμόρφωση της ταυτότητας, μία διαδικασία στην οποία σημαντικό ρόλο διαδραματίζει και η οικογένεια. Ο έφηβος δίνει απάντηση σε σημαντικά ερωτήματα, όπως ποιος είναι και που πηγαίνει στη ζωή.

Προτεινόμενη βιβλιογραφία και παραπομπές στο διαδίκτυο για περαιτέρω εμπάθυνση

- Bukatko, D. & Daehler, M. W. (1992). *Child development: A topical approach*. Boston: Houghton Mifflin.
- Cole, M. & Cole, S. (2002). *Η Ανάπτυξη των Παιδιών (τομ. 1-3)*. Αθήνα: Τυπωθήτω.
- Craig, G. & Baucum, D. (2007). *Ανθρώπινη ανάπτυξη, τομ. Α-Β*. Αθήνα: Εκδόσεις Παπαζήση.
- Dunlap, L. L. (2004). *What all children need: Theory and application*. Maryland: University Press of America.
- Feldman, R. (2011). *Εξελικτική ψυχολογία - Ενιαίο*. Αθήνα: Gutenberg.
- Hogg, M. & Abrams, D. (1988). *Social Identifications: A Social Psychology of Intergroup Relations and Group Processes*. London: Routledge.
- Kail, R. V. & Cavanaugh, J. C. (2018). *Human development: A life-span view*. Boston: Cengage Learning.
- McLean, K. C. & Syed, M. U. (Eds.) (2015). *The Oxford handbook of identity development*. Oxford: Oxford University Press.
- Meggitt, C. (2006). *Child development: An illustrated guide*. Oxford: Heinemann.
- Παρασκευόπουλος, Ι. (1985). *Εξελικτική Ψυχολογία., τόμ. 1-4*. Αθήνα: Ιδιωτική Έκδοση.
- Petersen, A. C. (1988). Adolescent Development. *Annual Review of Psychology*, 39(1): 583-607.
- Pringle, M. K. (2013). *The needs of children*. London: Routledge.
- Santrock, J. W. (1998). *Adolescence: Exploring Peer Relations*. New Delhi: Tata McGraw Hill Publishing Company.
- Santrock, J. W. (2002). *Life-span development. Dubuque*. AI: Brown Publishers.
- Smith, P., Cowie, H. & Blades, M. (2018). *Κατανοώντας την Ανάπτυξη των παιδιών*. Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Τζιόλα.
- Shulman, S., Seiffge-Krenke, I. & Samet, N. (1987). Adolescent coping style as a function of perceived family climate. *Journal of Adolescent Research*, 2(4): 367-381.
- Schultz, D. P. & Schultz, S. E. (2016). *Theories of personality*. Belmont, CA: Wadsworth / Cengage Learning.
- Tucker, N. (1999). *Εφηβεία, Ωριμότητα, Τρίτη Ηλικία*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Winnicott, D. W. (2012). *Playing and reality*. London: Routledge.
- <https://www.child.org.cy/the-psychological-development-of-the-child/>
- <http://epsype.blogspot.com/2012/02/6.html>
- <http://www.ich-mhsw.gr>
- <https://www.ich.gr/en/>
- <https://www.synigoros.gr/?i=childrens-rights.el>