

**ΤΕΙ ΔΥΤΙΚΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ**

**ΣΧΟΛΗ: ΣΧΟΛΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΩΝ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ  
ΠΡΟΝΟΙΑΣ**

**ΤΜΗΜΑ : ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ**

**Τίτλος εργασίας:**

**ΤΟ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑ ΤΗΣ ΖΗΛΙΑΣ ΣΕ ΠΑΙΔΙΑ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗΣ  
ΗΛΙΚΙΑΣ ΚΑΘΩΣ ΚΑΙ ΑΝΑΜΕΣΑ ΣΤΑ ΑΔΕΛΦΙΑ ΤΟΥΣ. ΤΡΟΠΟΙ  
ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ**

**ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΑ ΦΟΙΤΗΤΡΙΩΝ:**

**ΧΑΡΙΚΛΕΙΑ ΔΗΜΗΤΡΟΠΟΥΛΟΥ**

**ΣΤΕΛΛΑ ΡΑΦΑΕΛΑ ΚΑΡΙΤΖΗ**

**ΓΕΩΡΓΙΑ ΠΟΛΥΤΣΟΠΟΥΛΟΥ**

**ΕΠΙΒΛΕΠΟΥΣΑ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ: ΑΘΗΝΑ ΛΑΜΠΑΚΗ**

**ΠΑΤΡΑ, ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ 2015**

**Jealousy In pre school children and Brotherly  
jealousy**

## **Υπεύθυνη δήλωση λογοκλοπής**

Βεβαιώνουμε ότι είμαστε οι συγγραφείς της παρούσας πτυχιακής εργασίας και ότι κάθε βοήθεια την οποία είχαμε για την προετοιμασία της, είναι πλήρως αναγνωρισμένη και αναφέρεται στην πτυχιακή εργασία.

Επίσης, αναφέρουμε τις πηγές από τις οποίες έκανα χρήση δεδομένων, ιδεών ή λέξεων, είτε αυτές αναφέρονται ακριβώς είτε παραφρασμένες.

Επίσης βεβαιώνουμε, ότι αυτή η πτυχιακή εργασία προετοιμάστηκε αποκλειστικά από εμας, για τις απαιτήσεις του προγράμματος σπουδών της Σχολής Επαγγελματιών Υγείας και Πρόνοιας του τμήματος Κοινωνικής Εργασίας.

## **ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ**

Η ολοκλήρωση αυτής της πτυχιακής υλοποιήθηκε με την υποστήριξη ενός αριθμού ανθρώπων στους οποίους θα θέλαμε να εκφράσουμε τις θερμότερες ευχαριστίες μας.

Πρώτα από όλους θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε για τη συμβολή της, την επιβλέπουσα καθηγήτρια κ. Λαμπάκη, η οποία ήταν καθοριστική για ολοκλήρωση της πτυχιακής εργασίας μας. Οι καίριες υποδείξεις και η κριτική τόσο στο κείμενο όσο και στην ανάλυση, οδήγησαν στο βέλτιστο αποτέλεσμα.

Επίσης τα νηπιαγωγεία της Πάτρας που συνεργάστηκαν προκειμένου να περατωθεί το ερευνητικό μέρος της εργασίας μας, καθώς τους γονείς των παιδιών που φοιτούν σε αυτά που συνέβαλαν ουσιαστικά στην έρευνα απαντώντας στις μη δομημένες ερωτήσεις της συνέντευξης που σχεδιάστηκε ειδικά για την έρευνα της παρούσας πτυχιακής εργασίας και όλα τα υπόλοιπα άτομα που με τη συμβολή τους, συνέβαλαν στο να διεξαχθεί ομαλά η πτυχιακή εργασία μας.

Επίσης ένα μεγάλο ευχαριστώ οφείλουμε να πούμε μέσα από την καρδιά μας και στους γονείς μας, που με την αγάπη τους και τη συνεχή υποστήριξή τους μας ενθαρρύνουν σε κάθε προσπάθεια μας!!!!

## **ABSTRACT**

Emotions are important elements of the psyche of man and there are many factors that shape and reinforce in their occurrence (endogenous or exogenous). Of particular importance is the development and shaping them in the life of humans and especially in children. This paper examined thoroughly, especially in the second part, the feeling of jealousy in preschool children and the role of parents educators and social workers. Quantitative research has been used with a structured questionnaire with closed and open-ended questions. The questionnaire was answered by parents of preschool children fifty kindergartens at Patra. Questions based on the theoretical background for the theme of jealousy and the identification and assessment as the phenomenon workaroud the jealousy at children of preschool age, with or without the help of social worker or special educators. So its results lead to the following: Parents and teachers describe the event and how to cope with jealousy both brothers and in peers, however, although not easily recognize addressing social worker either through school or on their own. While showing that distinguish the role of the educator and social worker to the emotional development of their children's, stereotypes and taboos, prevent them from seeking their help. They try when jealousy are normal frames to manage it with the other parent and when it gets out of boundaries seek the help of social worker.

**Keywords:** jealousy, preschool children, sibling jealousy

## ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Στην εργασία αυτή εξετάστηκε ενδελεχώς, ιδιαίτερα στο δεύτερο μέρος, το συναίσθημα της ζήλιας στα παιδιά προσχολικής ηλικίας και ο ρόλος των γονέων και των παιδαγωγών καθώς και των κοινωνικών λειτουργών. Χρησιμοποιήθηκε ποσοτική έρευνα με τη βοήθεια δομημένου ερωτηματολογίου με ερωτήσεις κλειστού και ανοιχτού τύπου. Το ερωτηματολόγιο απαντήθηκε από γονείς παιδιών προσχολικής ηλικίας των πενήντα νηπιαγωγείων της Πάτρας. Οι ερωτήσεις βασίστηκαν κατά κύριο λόγο στο θεωρητικό υπόβαθρο για το θέμα της ζήλιας καθώς και της αναγνώρισης και διαπίστωσης όπως και του τρόπου αντιμετώπισης του φαινομένου τη ζήλιας στα παιδιά της προσχολικής ηλικίας, με ή χωρίς τη βοήθεια του κοινωνικού λειτουργού ή και Ειδικού Παιδαγωγού. Έτσι λοιπόν, τα αποτελέσματά της παρούσας έρευνας κατεληξαν στα παρακάτω:

Γονείς και εκπαιδευτικοί περιεγραψαν τους τρόπους εκδήλωσης και αντιμετώπισης της ζήλιας τόσο σε αδέρφια όσο και σε συνομήλικα παιδιά.

Ωστόσο, παρόλο που το αναγνωρίζουν το συναίσθημα δεν απευθύνονται εύκολα σε κοινωνικό λειτουργό, είτε μέσω του σχολείου είτε μόνοι τους. Ενώ έχουν ξεχωρίσει τον σημαντικό ρόλο του κοινωνικού λειτουργού ως φορέα συναισθηματικής ανάπτυξης των παιδιών τους, τα στερεότυπα και τα ταμπού, τους αποτρέπουν από την αναζήτηση βοήθειας. Προσπαθούν, όταν η ζήλια είναι σε φυσιολογικά πλαίσια, να τη διαχειριστούν με τον άλλο γονέα, ενώ όταν φτάνει σε υπερβολικά να απευθύνεται σε ειδικό δηλαδή σε κοινωνικό λειτουργό.

**Λέξεις-κλειδιά:** ζήλια, παιδιά προσχολικής ηλικίας, αδελφική ζήλια

# ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

<b>ΕΙΣΑΓΩΓΗ.....</b>	<b>12</b>
----------------------	-----------

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1**

<b>ΤΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ ΚΑΙ Ο ΡΟΛΟΣ ΤΟΥΣ ΣΕ ΚΑΘΕ ΗΛΙΚΙΑ .....</b>	<b>17</b>
--	-----------

<i>1.1 ΟΡΙΣΜΟΣ ΤΗΣ ΕΝΝΟΙΑΣ ΤΟΥ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΟΣ ΚΑΙ Η ΣΗΜΑΣΙΑ .....</i>	<i>17</i>
--	-----------

<i>1.2 ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ ΤΟΥ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΟΣ.....</i>	<i>24</i>
---	-----------

<i>1.3 ΟΙ ΙΔΙΟΤΗΤΕΣ ΤΩΝ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΩΝ.....</i>	<i>27</i>
--	-----------

<i>1.4 Η ΤΑΞΙΝΟΜΙΣΗ ΤΩΝ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΩΝ.....</i>	<i>28</i>
--	-----------

<i>1.5 ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΣΤΗΝ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ .....</i>	<i>33</i>
---	-----------

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2**

<b>ΘΕΩΡΙΕΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ .....</b>	<b>36</b>
--	-----------

<i>2.1 ΕΙΣΑΓΩΓΗ .....</i>	<i>36</i>
---------------------------	-----------

<i>2.2 Η ΘΕΩΡΙΑ ΤΗΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ ΤΟΥ WATSON .....</i>	<i>36</i>
---	-----------

<i>2.3 Η ΘΕΩΡΙΑ ΤΗΣ ΨΥΧΑΝΑΛΥΣΗΣ ΤΩΝ FREUD, JUNG, ADLER, ERIKSON .....</i>	<i>37</i>
---	-----------

<i>2.4 Η ΘΕΩΡΙΑ ΤΗΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗΣ ΤΟΥ GOLEMAN .....</i>	<i>39</i>
--	-----------

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3**

<b>ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ ΤΗΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ .....</b>	<b>44</b>
---	-----------

<i>3.1 Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΚΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΤΟΥ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ .....</i>	<i>44</i>
---	-----------

<i>3.2 ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΩΝ ΒΑΣΙΚΩΝ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΩΝ .....</i>	<i>45</i>
---	-----------

<i>3.3 ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΘΕΤΙΚΑ ΤΗ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ.....</i>	<i>48</i>
---	-----------

<i>3.4 ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΑΡΝΗΤΙΚΑ ΤΗ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ .....</i>	<i>51</i>
--	-----------

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4**

<b>ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ ΩΣ ΦΟΡΕΙΣ ΠΟΥ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΤΗΝ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΗΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗΣ .....</b>	<b>54</b>
---	-----------

<i>4.1 ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ ΩΣ ΦΟΡΕΙΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΜΑΘΗΣΗΣ -ΑΓΩΓΗΣ .....</i>	<i>54</i>
--	-----------

<i>4.2 Η ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΔΙΑΠΑΙΔΑΓΩΓΗΣΗ.....</i>	<i>55</i>
---	-----------

<i>4.3 Η ΑΠΟΣΤΑΣΙΟΠΟΙΗΜΕΝΗ ΔΙΑΠΑΙΔΑΓΩΓΗΣΗ .....</i>	<i>56</i>
---	-----------

<i>4.4 Η ΕΠΙΚΡΙΤΙΚΗ-ΑΠΟΔΟΚΙΜΑΣΤΙΚΗ ΔΙΑΠΑΙΔΑΓΩΓΗΣΗ .....</i>	<i>57</i>
---	-----------

<i>4.5 Η ΕΠΙΤΡΕΠΤΙΚΗ-ΠΑΡΑΧΩΡΗΤΙΚΗ ΔΙΑΠΑΙΔΑΓΩΓΗΣΗ .....</i>	<i>58</i>
--	-----------

<i>4.6 ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΚΗ ΔΙΑΠΑΙΔΑΓΩΓΗΣΗ .....</i>	<i>59</i>
---	-----------

4.7 ΑΠΟΥΣΑ ΔΙΑΠΑΙΔΑΓΩΓΗΣΗ.....	59
--------------------------------	----

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5

<b>ΤΟ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑ ΤΗΣ ΖΗΛΙΑΣ ΣΤΗΝ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ .....</b>	<b>62</b>
5.1 ΕΡΜΗΝΕΙΑ ΤΟΥ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΟΣ ΤΗΣ ΖΗΛΙΑΣ .....	62
5.1.1 Θετική πλευρά ζήλιας .....	65
5.1.2 Αρνητική πλευρά ζήλιας .....	65
5.2 Η ΖΗΛΙΑ ΑΠΟ ΦΙΛΟΣΟΦΙΚΗ ΣΚΟΠΙΑ .....	65
5.3 ΗΛΙΚΙΑ ΚΑΙ ΖΗΛΙΑ .....	66
5.4 ΦΥΛΟ ΚΑΙ ΖΗΛΙΑ.....	67
5.5 ΣΕΙΡΑ ΓΕΝΝΗΣΗΣ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ ΣΤΗΝ ΕΝΤΑΣΗ ΤΗΣ ΖΗΛΙΑΣ .....	67

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6

<b>Η ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΤΗΣ ΖΗΛΙΑΣ ΣΤΗΝ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ ΚΑΙ ΟΙ ΤΡΟΠΟΙ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ .....</b>	<b>69</b>
6.1 ΛΟΓΟΙ ΕΚΔΗΛΩΣΗΣ ΤΟΥ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΟΣ ΤΗΣ ΖΗΛΙΑΣ .....	69
6.1.1 Η συναισθηματική στέρηση .....	70
6.1.2 Το χάσιμο της αποκλειστικότητας των γονιών .....	70
6.1.3 Το μοίρασμα .....	71
6.1.4 Οι στάσεις των γονιών όσον αφορά στα παιδιά τους .....	71
6.1.5 Οι συγκρίσεις μεταξύ των παιδιών.....	72
6.2 ΤΡΟΠΟΙ ΕΚΔΗΛΩΣΗΣ ΤΗΣ ΖΗΛΙΑΣ .....	72
6.2.1 Παλλινδρομικές μορφές συμπεριφοράς .....	72
6.2.2 Επιθετικότητα .....	73
6.2.3 Διαταραχές συμπεριφοράς .....	73
6.2.4 Παραίτηση ή υπερπροσπάθεια .....	73
6.2.5 Η μέθοδος της απασχόλησης των γονιών .....	74
6.2.6 Κρυφή ζήλια.....	74
6.2.7 Επίδειξη μεγάλου θαυμασμού προς τον αδελφό ή αντίθετα πλήρους αδιαφορίας.....	75
6.3 ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΖΗΛΙΑΣ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ.....	75
6.4 ΑΔΕΛΦΙΚΗ ΖΗΛΙΑ .....	78
6.5 ΤΡΟΠΟΙ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ ΤΗΣ ΖΗΛΙΑΣ .....	85
6.5.1 Η προετοιμασία του κάθε παιδιού, όσον αφορά στη γέννηση του άλλου παιδιού .....	85
6.5.2 Οι στάσεις των γονιών .....	86
6.5.3 Η αποφυγή συγκρίσεων των παιδιών μεταξύ τους.....	86
6.5.4 Η ελεύθερη έκφραση των συναισθημάτων του παιδιού. Όχι απώθηση .....	87

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7

<b>ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΑΓΩΓΗ .....</b>	<b>91</b>
7.1 ΣΤΑΔΙΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ .....	91
7.1.1 Επίγνωση συναισθημάτων .....	91
7.1.2 Αξιοποίηση συναισθημάτων .....	91



7.1.3 Ακρόαση με ενσυναίσθηση .....	92
7.1.4 Βοήθεια για λεκτική έκφραση συναισθημάτων .....	92
7.1.5 Οριοθέτηση.....	92
7.2 ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΕΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ.....	93
7.3 ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΚΑΙ ΚΡΙΤΙΚΗ ΑΠΟΤΙΜΗΣΗ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ .....	98
7.4 ΜΕΙΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ .....	100
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 8</b>	
<b>ΦΟΡΕΙΣ ΠΟΥ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΤΗΝ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΗΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗΣ ΜΕΣΩ ΤΗΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ - ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΣ.....</b>	<b>104</b>
8.1 Ο ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΟΣ ΡΟΛΟΣ ΤΟΥ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ.....	104
8.2 ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΕΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ .....	107
8.3 ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ .....	114
8.4 ΜΕΘΟΔΟΙ ΣΥΛΛΟΓΗΣ ΔΕΔΟΜΕΝΩΝ ΤΗΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ .....	115
8.5 ΠΡΟΥΠΟΘΕΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΩΝ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΜΑΘΗΣΗΣ .....	117
8.6 ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΠΡΟΩΘΗΣΗΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗΣ.....	118
8.7 Ο ΡΟΛΟΣ ΤΟΥ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΥ.....	120
8.8 ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΚΑΙ ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΙΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΥ .....	124
<b>ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΗ ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ .....</b>	<b>128</b>
<b>ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ-ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ .....</b>	<b>129</b>
- Είδος έρευνας .....	129
- Ερευνητικά ερωτήματα.....	129
- Σκοπός έρευνας .....	129
- Στόχοι έρευνας.....	130
- Δειγματοληψία .....	130
- Μέθοδος συλλογής δεδομένων.....	130
- Τόπος και χρόνος συλλογής δεδομένων.....	131
- Τήρηση απορρήτου .....	131
- Περιορισμοί έρευνας .....	131
- Το Δείγμα .....	132
- Θεματικοί άξονες .....	132
<b>ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ - ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ .....</b>	<b>157</b>
<b>ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ .....</b>	<b>162</b>

<i>Ξενόγλωσση</i> .....	162
<i>Ελληνόγλωσση</i> .....	169
<b>ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ</b> .....	<b>171</b>

### **ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ: ΕΙΚΟΝΩΝ- ΓΡΑΦΗΜΑΤΩΝ**

ΕΙΚΟΝΑ 1. 1 ΧΑΡΑ-ΕΥΤΥΧΙΑ .....	29
ΕΙΚΟΝΑ 1. 2 ΗΡΕΜΙΑ.....	29
ΕΙΚΟΝΑ 1. 3 ΈΚΠΛΗΞΗ.....	29
ΕΙΚΟΝΑ 1. 4 ΑΓΑΠΗ .....	30
ΕΙΚΟΝΑ 1. 5 ΑΓΑΠΗ-ΣΤΟΡΓΗ .....	30
ΕΙΚΟΝΑ 1. 6 ΑΠΟΓΟΗΤΕΥΣΗ .....	30
ΕΙΚΟΝΑ 1. 7 ΖΗΛΙΑ.....	30
ΕΙΚΟΝΑ 1. 8 ΘΛΙΨΗ-ΠΟΝΟΣ-ΛΥΠΗ .....	31
ΕΙΚΟΝΑ 1. 9 ΜΙΣΟΣ .....	31
ΓΡΑΦΗΜΑ 1. 1 ΦΥΛΟ .....	144
ΓΡΑΦΗΜΑ 1. 2 ΗΛΙΚΙΑ.....	144
ΓΡΑΦΗΜΑ 1. 3 ΑΡΙΘΜΟΣ ΠΑΙΔΙΩΝ .....	145
ΓΡΑΦΗΜΑ 1. 4 ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ.....	146
ΓΡΑΦΗΜΑ 1. 5 ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟ ΠΡΟΦΙΛ.....	146
ΓΡΑΦΗΜΑ 1. 6 ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ .....	147
ΓΡΑΦΗΜΑ 1. 7 ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΖΗΛΕΙΑΣ ΑΠΟ ΠΑΙΔΙ.....	147
ΓΡΑΦΗΜΑ 1. 8 ΛΟΓΟΙ ΥΠΑΡΞΗΣ ΖΗΛΕΙΑΣ ΣΤΗΝ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ .....	148

ΓΡΑΦΗΜΑ 1. 9 ΤΡΟΠΟΙ ΕΚΔΗΛΩΣΗΣ ΖΗΛΙΑΣ ΣΤΗΝ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ .....	149
ΓΡΑΦΗΜΑ 1. 10 ΟΡΙΑ ΖΗΛΙΑΣ .....	150
ΓΡΑΦΗΜΑ 1. 11 ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΖΗΛΙΑΣ ΣΤΗΝ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ .	151
ΓΡΑΦΗΜΑ 1. 12 ΓΝΩΣΗ ΤΟΥ ΡΟΛΟΥ ΤΟΥ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΥ	152
ΓΡΑΦΗΜΑ 1. 13 ΒΟΗΘΕΙΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΥ .....	153
ΓΡΑΦΗΜΑ 1. 14 ΡΟΛΟΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΥ.....	154
ΓΡΑΦΗΜΑ 1. 15 ΤΡΟΠΟΙ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΕΙΣ ΖΗΛΙΑΣ ΣΤΗΝ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ ΜΕΣΑ ΣΤΗΝ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ.....	155

## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Στην προσχολική ηλικία, τα παιδιά έχουν ορισμένα χαρακτηριστικά, συμπεριφορές, που πρέπει τόσο οι γονείς που είναι οι κύριοι φορείς κοινωνικοποίησης, όσο και ο βρεφικός σταθμός-νηπιαγωγείο, να βρουν τρόπους αντιμετώπισης μέσω της συναισθηματικής αγωγής, ώστε τα παιδιά 3 ως 6 χρόνων που βρίσκονται στο στάδιο αυτοεπίγνωσης και φαντασίας, να μάθουν, να γνωρίζουν τα συναισθήματα τους, έτσι ώστε να μάθουν να τα εκφράζουν και να τα συνδέουν με τις σκέψεις τους.

Σ' αυτή την ηλικία, το παιδί έχει επίγνωση του εαυτού του και της θέσης του στον κόσμο αλλά απολαμβάνει και τη χρήση της φαντασίας του. Στη διάρκεια αυτού του σταδίου, το παιδί θ' αρχίσει να διεκδικεί την ταυτότητά του να ,εκφράζει τα συναισθήματα του και να μαθαίνει ότι η συμπεριφορά έχει συνέπειες και ότι επιδρά και στους άλλους. Αρχίζει να μαθαίνει ποια συμπεριφορά είναι κοινωνικά αποδεκτή ή μη αποδεκτή και να διαχωρίζει τη φαντασία από την πραγματικότητα. Μαθαίνει τι μπορεί να ελέγξει και τι όχι ενώ παράλληλα συνεχίζει να αναπτύσσει περαιτέρω τις δεξιότητες που απέκτησε σε προηγούμενα στάδια.

Επομένως, η προσχολική ηλικία (3-6 ετών) είναι η περίοδος κατά την οποία, πέρα από τις σημαντικές κατακτήσεις στη γνωστική τους ανάπτυξη αλλά και σε συνάρτηση με αυτές, τα παιδιά θεμελιώνουν την αυτοαντίληψη τους, αναπτύσσουν την προσωπικότητά τους και εξοικειώνονται με κοινωνικές και πολιτισμικές προσδοκίες σχετικά με τη συμπεριφορά τους. Τα παιδιά σταδιακά αναγνωρίζουν και κατανοούν τα συναισθήματά τους αλλά και τα συναισθήματα των άλλων.

Επίσης, μαθαίνουν να εκφράζουν και να διαχειρίζονται τα συναισθήματα, τις επιθυμίες και τις ανάγκες τους με τρόπους αφενός επιβοηθητικούς για τον ίδιο τους τον εαυτό και αφετέρου κοινωνικά αποδεκτούς. Κατά την ίδια αναπτυξιακή περίοδο, εγκαθιδρύουν και διατηρούν σχέσεις με σημαντικούς άλλους.

Η ανάπτυξη της προσωπικότητας και η κοινωνικό-συναισθηματική ανάπτυξη στη βρεφική και προσχολική ηλικία είναι πολύ σημαντική για τη μετέπειτα ζωή του παιδιού, δεδομένου ότι θέτει τα θεμέλια για τη

ψυχοκοινωνική του ανάπτυξη, την ψυχική του υγεία και ευεξία, τη μαθησιακή του ικανότητα, τις σχέσεις του με τους άλλους και τα επιτεύγματά του σε όλους τους τομείς.

Οι σχέσεις που βιώνουν τα παιδιά με σημαντικούς ενήλικες αλλά και με συνομήλικους τόσο στο πλαίσιο της οικογένειας όσο και εκτός αυτής, όπως σε βρεφικούς και παιδικούς σταθμούς και νηπιαγωγεία, έχουν καθοριστική επίδραση στην ανάπτυξη της προσωπικότητας και στην κοινωνικό-συναισθηματική τους ανάπτυξη.

Οι εμπειρίες με τα μέλη της οικογένειας, τους παιδαγωγούς και όλους τους επαγγελματίες που εμπλέκονται στη φροντίδα τους, παρέχουν στα παιδιά την ευκαιρία να μάθουν για τις κοινωνικές σχέσεις, τις προσδοκίες, τα συναισθήματα αλλά και για τον ίδιο τους τον εαυτό.

Οι επαγγελματίες που εργάζονται με παιδιά προσχολικής ηλικίας μπορούν να υποστηρίξουν την κοινωνική και συναισθηματική ανάπτυξή τους με διάφορους τρόπους, όπως μέσω της αλληλεπίδρασής τους με τα μικρά παιδιά και της σχέσης που αναπτύσσουν μαζί τους, μέσω της επικοινωνίας με την οικογένεια και της υποστήριξης των γονέων, μέσω της οργάνωσης του φυσικού χώρου στο περιβάλλον φροντίδας, καθώς και μέσω του σχεδιασμού και της εφαρμογής προγραμμάτων εκπαίδευσης.

Μια ποικιλία συναισθημάτων όπως, η χαρά, η λύπη, ο θυμός, η ντροπή, ο φόβος, η ζήλια, καλούνται να διαχειριστούν και τα παιδιά της προσχολικής ηλικίας. Όλα τα συναισθήματα επιτρέπονται, δεν υπάρχουν «καλά» και «κακά» συναισθήματα, σημασία έχει να τα αναγνωρίζουμε και να τα διαχειριζόμαστε.

Ένα από τα κυρίαρχα σύνθητες συναισθήματα που δημιουργείται στα παιδιά προσχολικής ηλικίας είναι η ζήλια. Η ζήλια εκδηλώνεται με διαφορετικούς τρόπους, ανάλογα με την ψυχοσυναισθηματική ανάπτυξη του παιδιού και τις συνθήκες του οικογενειακού αστερισμού. Το παιδί που ζηλεύει βρίσκεται σε μια κατάσταση έντονης αμφιθυμίας (οξείας εσωτερικής διαμάχης), βιώνει αγάπη και μίσος την ίδια στιγμή. Η ζήλια εμπεριέχει συνήθως πολλά και αντιφατικά συναισθήματα. Το παιδί μπορεί να νοιώθει ταυτόχρονα θυμό, αγάπη, μίσος, θαυμασμό, θλίψη, απογοήτευση, ματαίωση, ενοχές. Όπως οι ενήλικες έτσι και το παιδί εκδηλώνει ενίοτε συναισθήματα ζήλιας, που πολλές φορές πληγώνουν τους γύρω του αλλά και το ίδιο. Πολύ

σημαντικό κρίνεται οι γονείς να βοηθούν τα παιδιά τους να διαχειρίζονται αυτό το αρνητικό συναίσθημα από την παιδική κιόλας ηλικία, ούτως ώστε σταδιακά να μάθουν πώς να συμπεριφέρονται κι έτσι αργότερα, στην ενήλικη ζωή, να μπορούν να αντιμετωπίσουν σωστά κάποια παρόμοια κατάσταση.

Υπάρχουν διάφοροι λόγοι που είναι δυνατό να προκαλέσουν στα παιδιά ζήλια, όπως π.χ. το νεογέννητο αδελφάκι, κάποιοι φίλοι, η σχέση των γονιών τους ή ακόμη ένα νέο μέλος του υποσυστήματός τους, δηλαδή πρόσωπα και καταστάσεις που συμβάλλουν ώστε να νιώθει ένα παιδί ότι χάνει τη «θέση» του. Κάποια παιδιά ζηλεύουν κυρίως λόγω της ιδιοσυγκρασίας τους, ενώ κάποια άλλα λόγω ειδικών συνθηκών. Γενικά η ζήλια δημιουργεί επιπτώσεις στην κοινωνική δραστηριότητα του παιδιού.

Οι γονείς και το νηπιαγωγείο θα πρέπει μέσω της σωστής και μεθοδικής συναισθηματικής αγωγής να βοηθήσουν τα παιδιά προσχολικής ηλικίας, στην διαχείριση του αρνητικού αισθήματος, της ζήλιας

Η παρούσα εργασία έχει σαν σκοπό να αναδείξει το συναίσθημα της ζήλιας στα παιδιά της προσχολικής ηλικίας απέναντι στα αδέρφια και τους συνομηλίκους τους. Καταρχήν έχει νόημα να εξεταστεί εάν υφίσταται ή όχι το φαινόμενο αυτό και στη συνέχεια να διαπιστωθεί ο βαθμός και η ένταση του, οι τρόποι έκφρασής του, η αναγνώρισή του και τέλος η αντιμετώπιση και από τους γονείς αλλά και από τους παιδαγωγούς στην ηλικιακή αυτή ομάδα. Τονίζεται ο ιδιαίτερος και ξεχωριστός ρόλος και των δυο φορέων κοινωνικοποίησης και διαπαιδαγώγησης των παιδιών προσχολικής ηλικίας (γονείς και παιδαγωγοί) στη διαμόρφωση ολοκληρωμένης και αυτόνομης προσωπικότητας που να μπορεί να διαχειρίζεται κάποια από τα συναισθήματα όπως το αρνητικό –τις περισσότερες φορές- αίσθημα της ζήλιας. Ο ρόλος του ειδικού παιδαγωγού καθώς και του κοινωνικού λειτουργού είναι καθοριστικής σημασίας μόνο στην περίπτωση που υπάρχουν παιδιά με ειδικές ιδιαιτερότητες και αντιμετωπίζουν με ακραίες συμπεριφορές το αυναισθημα της ζήλιας.

Στο πρώτο κεφάλαιο εξετάζονται γενικά τα συναισθήματα και ο ρόλος τους σε κάθε ηλικία του ανθρώπου. Αρχικά δίνεται ο ορισμός της έννοιας του συναισθήματος, οι ιδιότητες, και τα συστατικά του και περιγράφεται η ταξινόμησή τους. Επιπρόσθετα περιγράφεται αναλυτικά η συναισθηματική

ανάπτυξη από την βρεφική έως την εφηβική ηλικία. Όλα τα στάδια της ανάπτυξης αυτής καθορίζουν σε μεγάλο βαθμό την δημιουργία συναισθημάτων και τρόπων αναγνώρισης και αντιμετώπισής τους σε περίπτωση συναισθηματικών εντάσεων και συγκρούσεων. Το πόσο ομαλή θα είναι η μετάβαση του ατόμου σ' όλα τα προαναφερθέντα στάδια καθορίζει και την μετέπειτα διαχείριση των συναισθημάτων του.

Στο δεύτερο και τρίτο κεφάλαιο παρατίθενται οι επιδράσεις της συναισθηματικής ανάπτυξης και οι Θεωρίες της αντίστοιχα. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στη θεωρία της συναισθηματικής νοημοσύνης του Goleman, μιας και αυτή αποδείχθηκε πολύ βασική παράμετρος για την οικοδόμηση της ολοκληρωμένης προσωπικότητας σε συνδυασμό με τη γνωστική νοημοσύνη.

Στο τέταρτο κεφάλαιο αναφέρονται οι γονείς ως παράγοντες που επηρεάζουν τη συναισθηματική αγωγή των παιδιών και τα είδη διαπαιδαγώγησης.

Στο πέμπτο κεφάλαιο περιγράφεται αναλυτικά το συναίσθημα της ζήλιας, στα παιδιά προσχολικής ηλικίας. Τα παιδιά αυτής της ηλικίας χαρακτηρίζονται από την ψυχολογία ως εγωκεντρικά και στο πλαίσιο αυτό αισθάνονται και βιώνουν το συναίσθημα της ζήλιας. Το παιδί αισθάνεται ότι έχει χάσει αυτό που του ανήκε και θέλει να το αποκτήσει ξανά (αγάπη, κατανόηση, προστασία). Προσδιορίζεται το φαινόμενο σε σχέση με το φύλο την ηλικία και τη σειρά γέννησης του παιδιού . Αναφέρονται οι λόγοι και οι τρόποι εκδήλωσης της ζήλιας ενώ τέλος περιγράφονται και οι τρόποι αντιμετώπισής της.

Στο έκτο κεφάλαιο αναλύονται τα στάδια της συναισθηματικής αγωγής, οι επιπλέον φορείς που δρουν στην συναισθηματική αγωγή του παιδιού (εκπαιδευτικοί-ειδικοί παιδαγωγοί, κοινωνικοί λειτουργοί), οι στρατηγικές και τα αποτελέσματά της και τέλος γίνεται μια κριτική της συγκεκριμένης αγωγής κάνοντας μια αποτίμηση και παραθέτοντας τα μειονεκτήματά της.

Στο όγδοο κεφάλαιο γίνεται εκτενή αναφορά στους φορείς συναισθηματικής ανάπτυξης και αγωγής με ιδιαίτερη έμφαση στο ρόλο του κοινωνικού λειτουργού στο πλαίσιο της εκπαιδευτικής διαδικασίας.

Τέλος ακολουθεί το ερευνητικό μέρος όπου περιγράφεται η μεθοδολογία της έρευνας, ο τρόπος συλλογής των δεδομένων και τα

συμπεράσματα από την ποιοτική έρευνα που πραγματοποιήθηκε. Συγκρίνονται τα αποτελέσματα με τα στοιχεία που προκύπτουν από την πρότερη βιβλιογραφία-αρθρογραφία και παρατίθενται οι πιθανές αποκλίσεις ή συγκλίσεις ως προς αυτήν.



# **1. ΤΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ ΚΑΙ Ο ΡΟΛΟΣ ΤΟΥΣ ΣΕ ΚΑΘΕ ΗΛΙΚΙΑ**

## **1.1 ΟΡΙΣΜΟΣ ΤΗΣ ΕΝΝΟΙΑΣ ΤΟΥ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΟΣ ΚΑΙ Η ΣΗΜΑΣΙΑ**

Σύμφωνα με τον Κακαβούλη (1998), οι Bretherton, Fritz, Zahn-Waxler, αναφέρουν ότι, τα συναισθήματα αποτελούν ένα εξαιρετικά σημαντικό κομμάτι της ζωής μας και επηρεάζουν βαθύτατα τη συμπεριφορά μας, ακόμα και αν δεν έχουμε πάντοτε επίγνωση για αυτό. Η διαχείριση συναισθημάτων είναι ένας γενικός όρος που περιλαμβάνει πολλές πτυχές, όπως να αναγνωρίζεις και να δίνεις προσοχή στα συναισθήματα, να τα κατανοείς και να τα προσδιορίζεις, καθώς και να διαχειρίζεσαι ή να τροποποιείς τις συναισθηματικές σου αντιδράσεις έτσι ώστε να πετύχεις σημαντικούς στόχους. Οι δεξιότητες που αφορούν τη ρύθμιση των συναισθημάτων αναπτύσσονται κατά τη διάρκεια της νηπιακής και παιδικής ηλικίας, και συνεχίζουν να ωριμάζουν στη διάρκεια της εφηβείας. Αυτές οι δεξιότητες είναι ζωτικής σημασίας για την ψυχική υγεία, τις σχολικές επιτεύξεις και τις καλές κοινωνικές σχέσεις.

Από την άλλη πλευρά, η κακή διαχείριση των συναισθημάτων μπορεί να οδηγήσει σε συναισθηματικά προβλήματα και σε προβλήματα προσαρμογής – κατάθλιψη, κατάχρηση ουσιών, επιθετική συμπεριφορά. Ένα βασικό ερώτημα όμως παραμένει ο τρόπος που μαθαίνουν τα παιδιά να διαχειρίζονται τα συναισθήματά τους και ιδιαίτερα το ιδιαίτερης έντασης συναίσθημα της ζήλειας που αποτελεί πολύ συχνό συναίσθημα στα παιδιά της προσχολικής ηλικίας και προσδιορίζει και τις αντιδράσεις τους στην καθημερινότητα στο οικογενειακό και στο σχολικό περιβάλλον. Η απάντηση στο παραπάνω ερώτημα είναι ότι η διαχείριση των συναισθηματικών αντιδράσεων στο θέμα της ζήλειας αποτελεί μια αναπτυξιακή διαδικασία όπως η ομιλία και το περπάτημα που πρέπει να μάθει το παιδί.

Ένα μωρό, για παράδειγμα, που πεινάει ή πονάει θα εκφραστεί μέσω του κλάματος. Το μωρό θα χρειαστεί βοήθεια από το περιβάλλον του για να

διαχειριστεί τη συναισθηματική του κατάσταση και να μειώσει την ένταση που νιώθει, και οι γονείς παίζουν σημαντικό ρόλο σε αυτήν τη διαδικασία. Θα προσπαθήσουν να καταλάβουν το νόημα που έχει το κλάμα και στη συνέχεια θα κάνουν τα απαραίτητα για να το ηρεμήσουν.

Η μεταβατική περίοδος από τη νηπιακή στη παιδική ηλικία, θα συνοδευτεί από συναισθηματική ωρίμανση. Κατά τη διάρκεια αυτής της αναπτυξιακής περιόδου, το βάρος της συναισθηματικής διαχείρισης αρχίζει να μετατοπίζεται από τον γονιό στο παιδί.

Σύμφωνα με τον Κακαβούλη( 1998), οι Campos, & Barrett αναφέρουν ότι ένα από τα πιο σημαντικά αναπτυξιακά επιτεύγματα που σχετίζεται με τη διαχείριση συναισθημάτων είναι η απόκτηση της γλώσσας και οι επικοινωνιακές δεξιότητες. Καθώς τα παιδιά αναπτύσσουν δεξιότητες που σχετίζονται με τη γλώσσα, γίνονται ικανά να ονοματίζουν τα συναισθήματά τους, τις σκέψεις τους και τις προθέσεις τους. Και καθώς τα παιδιά γίνονται πιο ικανά να επικοινωνούν τις περίπλοκες ανάγκες και τα συναισθήματά τους, μπορούν πολύ πιο αποτελεσματικά να διαχειριστούν τις συναισθηματικές τους αντιδράσεις.

Στη μεταβατική περίοδο από την προσχολική στη σχολική ηλικία, τα παιδιά ξεκινούν να έχουν μεγαλύτερη ευθύνη για τις συναισθηματικές τους λειτουργίες. Παρόλα αυτά, οι γονείς εξακολουθούν να παίζουν σημαντικό ρόλο στη διαχείριση των συναισθημάτων των παιδιών.

Στη διάρκεια της σχολικής περιόδου, η διαχείριση συναισθημάτων αλλάζει και γίνεται μια πολύ πιο περίπλοκη και αφηρημένη διαδικασία – στη βρεφική ηλικία ήταν κυρίως αντανάκλαστική και καθοδηγούνταν από φυσικές ανάγκες, τώρα είναι πιο στοχαστική και καθοδηγείται από την αίσθηση του εαυτού και του περιβάλλοντος. Οι ακραίες συναισθηματικές αντιδράσεις του θυμού, της θλίψης και του ενθουσιασμού περιορίζονται ως ένα βαθμό σε αυτές τις ηλικίες. Κατά τη διάρκεια της εφηβείας, υπάρχει μια αναστάτωση στο συναισθηματικό κόσμο των εφήβων εξαιτίας των ορμονών. Οι ορμόνες μπορούν να προκαλέσουν τον τρόπο που έμαθε ο έφηβος να διαχειρίζεται τα συναισθήματά του όλα αυτά τα χρόνια. Για τους γονείς των εφήβων αυτό μπορεί να μοιάζει σαν παλινδρόμηση σε προηγούμενο στάδιο.

Παραδοσιακά διακρίνονται τρεις βασικές ψυχικές λειτουργίες:

- σκέψεις

- συναισθήματα
- κίνητρα

Σύμφωνα με την κοινή λογική, το συναίσθημα θεωρείται ως το αντίθετο της καλά δομημένης, λογικής σκέψης. Η λογική –εδρεύει στο νεοφλοιό- μπορεί να δώσει, «άχρωμα», μόνο τις εναλλακτικές επιλογές για ένα στόχο ή ένα επόμενο βήμα. Η αποφασιστικότητα αναδύεται από τα συναισθηματικά κέντρα του εγκεφάλου (κυρίως την αμυγδαλή, μέρος του «πρωτόγονου» εγκεφάλου), τα οποία είναι υπεύθυνα για τα ένστικτα και παίζουν τον καίριο ρόλο στις αποφάσεις (φόβος, θυμός – πάλη /φυγή).

Πρακτικά το συναίσθημα κάνει τις επιλογές και παίρνει τις αποφάσεις σε όσα προτείνει η λογική. Η απώλεια της συνδεσιμότητας του συναισθήματος με τη λογική προκαλεί την απώλεια κάθε αίσθησης προτεραιότητας και αποδεικνύεται καταστροφική γιατί το άτομο γίνεται άβουλο.

Κατά τη συναισθηματική διέγερση δρούμε παρορμητικά, χωρίς να υπολογίζουμε την καλύτερη στρατηγική δράσης. Όπως προκύπτει από πειράματα που παρατηρούν τη δραστηριότητα στον κινητικό φλοιό, οι αποφάσεις λαμβάνονται συνήθως ως 6 αλλά και μέχρι 10 δευτερόλεπτα πριν συνειδητοποιηθούν.

Επίσης σύμφωνα με τον Κακαβούλη (1998), οι Bretherton, Fritz, Zahn-Waxler, et al. , επισημαίνουν ότι τα συναισθήματα είναι από τα σπουδαιότερα ίσως κεφάλαια στη ζωή μας. Η διαχείριση, η αναγνώριση και η αποδοχή τους προσδιορίζει τη συμπεριφορά και τις αντιδράσεις μας έναντι των άλλων ανθρώπων ή καταστάσεων που καλούμαστε να ανταποκριθούμε και να αντιμετωπίσουμε. Μας απασχολούν από πολύ μικρή ηλικία έως τα βαθιά γεράματα. Η αποδοχή τους ή όχι και ο τρόπος διαχείρισής τους επιδρά στην αυτοαντίληψη και αποδοχή της προσωπικότητάς μας. Ιδιαίτερη σημασία δίνεται και στον έλεγχο των συναισθημάτων στην ενήλικη ζωή των ανθρώπων (σελ. 529).

Το αν έχουμε καταφέρει να τα αναγνωρίζουμε σωστά και να τα ελέγχουμε όμως είναι ένα άλλο θέμα. Όπως επίσης και η ικανότητά μας να είμαστε ευαίσθητοι στα συναισθήματα των άλλων ανθρώπων (ενσυναίσθηση) και να νοιαζόμαστε γι'αυτά. Ο όρος που περιγράφει καλύτερα αυτές τις ικανότητες είναι ο όρος "συναισθηματική νοημοσύνη".

Έτσι μπορεί να είμαστε συναισθηματικά νοήμονες ή ακόμα και πτωχά εγωιστικά όντα, ανάλογα με το πόσο αναπτύξαμε τη συναισθηματική νοημοσύνη μας.

Ο Goleman (2008) υποστηρίζει ότι: «Ως συναίσθημα ορίζεται οτιδήποτε νιώθει ένα άτομο, όταν αξιολογεί ένα γεγονός με συγκεκριμένο τρόπο και συνήθως οδηγεί σε αλλαγές στον ανθρώπινο οργανισμό ή την συμπεριφορά» (σελ.30). Έτσι, όλα τα συναισθήματα είναι ουσιαστικά προτροπές για δράση. Άρα τα συναισθήματα οδηγούν σε πράξεις τις οποίες μπορούμε να αντιληφθούμε

Ο ορισμός του συναισθήματος ωστόσο, είναι πολύ δύσκολος γιατί το συναίσθημα ως έννοια μπορεί να πάρει πολλές διαστάσεις. Σε γενικές γραμμές ωστόσο θα λέγαμε πως ορίζεται ως μια έντονη ψυχοσωματική εμπειρία που αφήνει στο άτομο κάποια θετική ή αρνητική διάθεση. Αυτή η ψυχοσωματική εμπειρία μπορεί να προκληθεί τόσο από εξωτερικούς προς το άτομο παράγοντες όσο και από εσωτερικούς.

-Βίκιλεξικό: Συναίσθημα είναι η ευάρεστη ή δυσάρεστη ψυχική κατάσταση που συνοδεύεται από ελαφριές μεταβολές των λειτουργιών του οργανισμού και είναι αποτέλεσμα κάποιου γεγονότος ή εμπειρίας.

Το σημαντικό συστατικό για την επιβίωση είναι η συμπεριφορά. Οι χρήσιμες λειτουργίες που επιτελούν οι συναισθηματικές συμπεριφορές είναι το στοιχείο που καθοδήγησε την εξέλιξη του εγκεφάλου. Τα αισθήματα που συνοδεύουν αυτές τις συμπεριφορές είναι πολύ πιο πρόσφατα από εξελικτικής απόψεως.

Τα πρότυπα φυσιολογικής διέγερσης και ειδικών συμπεριφορών που χαρακτηρίζουν το συναίσθημα συνοδεύονται από υποκειμενικά αισθήματα (π.χ. σεξ, συμπ. ζώων).

Οι περισσότεροι άνθρωποι όταν χρησιμοποιούν τη λέξη συναίσθημα αναφέρονται σε αυτά ακριβώς τα αισθήματα, που καθορίζουν το βιωματικό τόνο της εμπειρίας μας.

Το συναίσθημα είναι μια σύνθετη υποκειμενική συνειδητή εμπειρία : συνδυασμός νοητικών καταστάσεων, ψυχοσωματικών εκφράσεων και βιολογικών αντιδράσεων του σώματος. Είναι αυτό που ένας άνθρωπος «αισθάνεται», όχι ως απλή αίσθηση αλλά ως κάτι βαθύ, εσωτερικό, που επιδρά στο σώμα (πχ καρδιακός ρυθμός) και την «ψυχή» του και σχεδόν

πάντα εκφράζεται (στο πρόσωπο, στη φωνή, στη στάση του σώματος) και είναι παρατηρήσιμο από τους άλλους.

Πολλοί ψυχολόγοι διαχωρίζουν τα συναισθήματα σε διάφορες κατηγορίες, χωρίς ωστόσο να έχουν γενική ομοφωνία ως προς αυτές. Η πιο βασική διαίρεσή τους είναι σε ευάρεστα και δυσάρεστα, δηλ. σε εκείνα που έλκουν και σ' εκείνα που απωθούν.

Ανθρώπινα συναισθήματα είναι: η αγάπη, η στοργή, η ευτυχία, η λαγνεία, ο έρωτας, το πάθος, ο ζήλος, το δέος, ο θαυμασμός, η περηφάνεια, η έκσταση, η έξαψη, η χαρά, η συμπόνια, το έλεος, η γαλήνη, η ευχαρίστηση, η ικανοποίηση, η πληρότητα, η αρμονία, η αυτοπεποίθηση, η εμπιστοσύνη, η ανακούφιση, η απορία, η συγκίνηση, η αμηχανία, η αδιαφορία, το άγχος, η ανυπομονησία, η έκπληξη, ο φόβος, ο τρόμος, η φρίκη, ο θυμός, η ντροπή, η συστολή, η ενοχή, οι τύψεις, η απόρριψη, η δυστυχία, η απελπισία, το πένθος, η λύπη, η θλίψη, η μοναξιά, η εχθρότητα, η έχθρα, το μίσος, ο φθόνος, η δυσπιστία, η απογοήτευση, η περιφρόνηση, η αηδία, η ανηδονία, η ανία, η αγωνία, η ζήλια, κ.ά. Τα παραπάνω είναι συναισθήματα που ο καθένας μας έχει νιώσει και μπορεί να διακρίνει στους γύρω του. Τα συναισθήματα είναι ένα μεγάλο και σπουδαίο κομμάτι για τη ζωή μας!

Τα παιδιά, στο ξεκίνημα της ζωής τους, μπερδεύονται με τα συναισθήματα τους και νιώθουν την ανάγκη να κατανοήσουν τον εαυτό τους και τον κόσμο γύρω τους για να βρουν το δικό τους νόημα στη ζωή. Βιώνουν διαφορετικά συναισθήματα σε καθημερινή βάση και τα εκφράζουν στις καθημερινές αλληλεπιδράσεις τους με τους άλλους (Brown, J. R., & Dunn, J., 1992).

Μπορεί ένα χαμόγελο σε ένα άλλο παιδάκι να δείξει ότι το συμπαθεί, ένα "κατσουφιασμένο" προσωπάκι προδίδει το θυμό που νοιώθει και βέβαια όταν ζηλεύει φαίνεται η ζήλια ολοζώντανη στην έκφρασή του.

Στο σημείο αυτό θα πρέπει να τονίσουμε ότι εκτός από τη ζήλια που αισθάνονται τα παιδιά προς τα αδέρφια τους, παρόμοιο συναίσθημα ζήλιας νοιώθουν και ως προς τους συνομιλήκους τους. Η τελευταία εκφράζεται με διάφορους τρόπους και εκδηλώνεται διαφορετικά ανάλογα με την προσωπικότητα και το χαρακτήρα του κάθε παιδιού.

Οι παιδαγωγοί και οι γονείς αναλαμβάνουν το μεγαλύτερο βάρος στη διαχείριση και τον τρόπο διαπαιδαγώγησης των παιδιών στο συναίσθημα της

ζήλιας προσπαθώντας να οδηγήσουν τα παιδιά όσο το δυνατόν πιο ομαλά στη συναισθηματική τους ανάπτυξη και ωρίμανση. Τι κάνουμε όμως στις περιπτώσεις που τα συναισθήματά τους γίνονται ανεξέλεγκτα; Πώς μπορούμε να μάθουμε τα παιδιά να αναγνωρίζουν τα συναισθήματά τους και τα συναισθήματα των άλλων; Πως θα τα μάθουμε να βρίσκουν τρόπους να τα ελέγχουν και να τα χρησιμοποιούν στις αλληλεπιδράσεις τους με τους άλλους;

Η συναισθηματική αγωγή έχει ενταχθεί πια στο νηπιαγωγείο και παίζει σπουδαίο ρόλο στην επίτευξη αυτών των στόχων. Υπάρχει και Μουσείο Συναισθημάτων Παιδικής Ηλικίας. Είναι ένα διεθνώς μοναδικό, διαδραστικό μουσείο που λειτουργεί από το 2006. Όλες οι δραστηριότητες του μουσείου βασίζονται στην αναγνώριση της ανεκτίμητης αξίας που έχει η συναισθηματική καλλιέργεια του ανθρώπου για την εξέλιξη του. Τα εκθέματα του, το παιχνίδι και τα παραμύθια χρησιμοποιούνται για να ενθαρρύνουν τα παιδιά να γνωρίσουν τον εαυτό τους και να κατανοήσουν τον κόσμο των συναισθημάτων.

Παράλληλα ευαισθητοποιεί τους ενήλικες σε θέματα που αφορούν τη συναισθηματική ανάπτυξη. Πρέπει να γνωρίζουμε ότι ενθαρρύνοντας τα παιδιά να γνωρίσουν τον εαυτό τους και να κατανοήσουν τον κόσμο των συναισθημάτων, τα βοηθάμε να αναπτυχθούν σε δημιουργικούς και ευτυχισμένους ενήλικες με θέληση για τη ζωή και τις προκλήσεις της (Casey, 1993).

Οι δραστηριότητες και οι δράσεις του μουσείου απευθύνονται κυρίως σε παιδιά 4 έως 12 χρονών, σε οικογένειες, σε ενήλικες που συνοδεύουν τα παιδιά (γονείς, δασκάλους, παππούδες...) και σε ενήλικες που ενδιαφέρονται για την συναισθηματική ανάπτυξη των παιδιών.

Καθημερινά, πραγματοποιούνται εκπαιδευτικά προγράμματα για σχολικές ομάδες και για ομάδες φοιτητών. Μέσα από διαδραστικές εκθέσεις και το παιχνίδι με τα εκθέματα ενθαρρύνουν την αυτογνωσία και την κατανόηση των συναισθημάτων ενώ τα ετήσια παιδικά εργαστήρια στοχεύουν στην ανάπτυξη της αυτογνωσίας και της δημιουργικής έκφρασης των παιδιών στα πλαίσια της ομάδας. Τα Σαββατοκύριακα ελεύθεροι επισκέπτες αφού περιηγηθούν στην έκθεση, έχουν τη δυνατότητα να λάβουν μέρος σε εργαστήριο σχεδιασμένο για να συμμετέχουν ενήλικες και παιδιά μαζί.

Το 1998 ο Denham αναφέρει ότι τα συναισθήματα ρυθμίζουν τόσο τον εσωτερικό κόσμο, την ενδοπροσωπική δηλαδή συμπεριφορά, όσο και τις αλληλεπιδράσεις με τον εξωτερικό κόσμο, τις διαπροσωπικές σχέσεις. Ακόμη επισημαίνει ότι τα συναισθήματα παρέχουν πληροφορίες στα ίδια τα άτομα που τα εκφράζουν και στους άλλους και αντίστοιχα διαμορφώνουν συμπεριφορές. Άλλωστε τα συναισθήματα νοηματοδοτούνται μέσα από τις διαπροσωπικές σχέσεις και μέσω της επιτήδευσης και επεξεργασίας τους διαμορφώνουν προσδοκίες για τις μελλοντικές διαπροσωπικές επαφές.

Τα συναισθήματα κατέχουν δεσπόζουσα θέση στην αλληλεπίδραση με το περιβάλλον μας. Επιδρούν στην αντιληπτική διαδικασία και οδηγούν σε αλλαγές στη συμπεριφορά, στην έκφραση του προσώπου και στη στάση του σώματος.

Το συναίσθημα είναι μια υποκειμενική αντίδραση σε ένα σημαντικό γεγονός που εκδηλώνεται μέσω φυσιολογικών, εμπειρικών και συμπεριφορικών αλλαγών. Προκύπτει μέσα από την αλληλεπίδραση του ατόμου και του γεγονότος, μέσα από την αποτίμηση του γεγονότος από το άτομο. Τα συναισθήματα έχουν εξελικτικό υπόβαθρο και συνδέονται με το λεγόμενο 'παλαιό' εγκέφαλο, ως μετεξέλιξη απλούστερων αρχέγονων μορφών θυμικών αντιδράσεων του ανθρώπου σε διάφορες καταστάσεις (κινδύνου κατά βάση) (Denham, & Couchoud, 1990b).

Ο Goleman (2008) θεωρεί, ότι τα συναισθήματα έχουν αρχέγονο βιολογικό υπόστρωμα, συνιστούν έναν πανάρχαιο κώδικα κληροδοτημένο από τους απώτερους προγόνους μας.

Εξάλλου όπως αναφέρει και ο Sroufe (1999) η βασική ιδιότητα είναι η καθολικότητα και η παγκοσμιότητα τους. Το συναίσθημα και η θέση του στη διανοητική ζωή παραμελήθηκε εντυπωσιακά για μεγάλο χρονικό διάστημα από τους ερευνητές και δεν είχε ληφθεί υπόψη ότι η συναισθηματική νοημοσύνη συμμαχεί με το νοητικό δυναμικό του ατόμου στην κατάκτηση επιτευγμάτων.

Όσον αφορά την εκπαίδευση και την ακαδημαϊκή μόρφωση, αυτά δεν αρκούν για την πορεία και την εξέλιξη του ατόμου εάν δεν συνοδεύονται από διαχείριση του συναισθηματικού επιπέδου του ατόμου. Τα συναισθήματα είναι εκείνα που καθοδηγούν και επηρεάζουν τη συμπεριφορά και τις αντιδράσεις

του ατόμου και επηρεάζουν τις σχέσεις με τον εαυτό του (αυτοαντίληψη) και με τους γύρω του.

Σύμφωνα με τον Goleman (2008) «το ρεπερτόριο δεξιοτήτων του ατόμου είναι ιδιαίτερα ευρύ και πολυεπίπεδο» (σελ. 69). Το συναίσθημα αφυπνίζει για δράση, θέτει το άτομο σε εγρήγορση για την αντιμετώπιση των προκλήσεων. Από τη μία πλευρά το άτομο σκέφτεται και από την άλλη νιώθει, συνυπάρχουν ο συγκινησιακός και ο λογικός νους, η λογική και η συναισθηματική νοημοσύνη. Ο Goleman συνεχίζοντας θεωρεί ότι «τα συναισθήματα και η σκέψη δηλαδή τελούν υπό καθεστώς αλληλεξάρτησης» (σελ. 36). «Τα συναισθήματα παίζουν ρόλο στη λογική σκέψη, είναι απαραίτητα στη λήψη λογικών αποφάσεων» (σελ. 61). «Ο κυκεώνας των συναισθημάτων επηρεάζει τον τρόπο επεξεργασίας της πληροφορίας. Η διανοητική ζωή και δραστηριότητα δεν είναι μονόπλευρη συγκινησιακά» (σελ. 76). «Η ισορροπία αρνητικών και θετικών συναισθημάτων είναι αυτή που εξασφαλίζει την ψυχική ευεξία» (σελ.97).

Το 2000 σύμφωνα με το Huffman et al. (2000), τα συναισθήματα βρίσκονται σε σχέση αλληλεξάρτησης με την αντίληψη και επιδρούν σ' αυτή με τους εξής τρόπους:

α. ενεργοποιούν ή εμποδίζουν την επεξεργασία πληροφοριών, μπορούν ακόμη να επιβάλλουν και μια επιλεκτικότητα στην επεξεργασία.

β. οργανώνουν την ανάκληση πληροφοριών για παρελθούσες καταστάσεις, οι οποίες συνδέονται με τα συγκεκριμένα συναισθήματα.

γ. Σύμφωνα με τον Soufre (1999) «συμβάλλουν στη διαμόρφωση συναισθηματικά φορτισμένων κατηγοριών και σχημάτων» (σελ.283). Δεν μπορούμε να μιλήσουμε για απλή γραμμική σχέση αιτιώδους συνάφειας, αλλά για αλληλοσυμπλήρωση στα πλαίσια της ενιαίας αναπτυξιακής πορείας του ατόμου, για αλληλοσυμπληρούμενους μηχανισμούς.

## **1.2 ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ ΤΟΥ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΟΣ**

Το συναίσθημα μπορεί να θεωρηθεί ως ένα εκτυλισσόμενο πρότυπο αλληλεπιδράσεων των παρακάτω στοιχείων.

α. Υποκειμενικό αίσθημα / εμπειρία.



β. Σωματικές αλλαγές. Συγκεκριμένα η αντίληψη ενός διεγερτικού γεγονότος ακολουθείται άμεσα από σωματικές αλλαγές. Η αντίληψη αυτών των σωματικών αλλαγών καθώς συμβαίνουν είναι το συναίσθημα. Η ένταση και η διαφοροποίηση των συναισθημάτων βασίζεται σε επανατροφοδότηση από το σωματικό και το αυτόνομο νευρικό σύστημα. Τα διεγερτικά γεγονότα ενεργοποιούν το θάλαμο, ο οποίος έχει δύο ξεχωριστά συστήματα εξόδου. Ένα προς το σύστημα της διέγερσης και ένα προς τον εγκεφαλικό φλοιό, όπου καταχωρείται η συνειδητή εμπειρία του συναισθήματος. Η σωματική διέγερση και το υποκειμενικό αίσθημα είναι δύο διαδικασίες που εκκινούν παράλληλα κατά την έκλυση του συναισθήματος, αλλά η μία δεν επηρεάζει την άλλη. Είναι εντελώς ανεξάρτητες.

γ. Συμπεριφορά (τάσεις προς δράση, έκφραση του προσώπου, στάση του σώματος κ.ά.)

δ. Γνωστικές λειτουργίες

Σύμφωνα με τους Schachter & Singer (1962), η επανατροφοδότηση από τη περιφερειακή διέγερση καθορίζει την ένταση του συναισθήματος, αλλά η διαφοροποίηση του συναισθήματος εξαρτάται από τον τρόπο που ερμηνεύεται αυτή η διέγερση βάσει των επικρατούσων συνθηκών. Η διαφοροποίηση της διέγερσης βασίζεται στον αιτιοπροσδιορισμό της διέγερσης σε ένα σχετικό περιβαλλοντικό αίτιο. Αν θεωρούμε ότι η διέγερση μας οφείλεται σε μία αρκούδα που μας κυνηγάει, νιώθουμε φόβο. Αν αυτό ισχύει είναι δυνατόν να αλλάξουμε το συναίσθημα που βιώνει ένας άνθρωπος, αλλάζοντας απλώς τον τρόπο που ερμηνεύει τη διέγερσή του.

Ο Lazarus (1991) θεωρεί ότι τα συναισθήματα σπάνια είναι άμεσες αντιδράσεις στις ιδιότητες ενός ερεθίσματος. Αυτό που δίνει σε ένα ερέθισμα συναισθηματικό τόνο είναι η προσωπική σημασία που του αποδίδεται από το άτομο.

Η διαδικασία μέσω της οποίας κάθε ερέθισμα αξιολογείται ως προς την σημασία του για την προσωπική ευημερία του ατόμου, ονομάζεται πρωτογενής εκτίμηση. Αφ' ης στιγμής ένα ερέθισμα κριθεί ως σημαντικό, ακολουθεί η δευτερογενής εκτίμηση, κατά την οποία αξιολογείται το δυναμικό αντιμετώπισης.

Γίνεται σαφές ότι οι εκτιμήσεις των διαφορετικών συναισθημάτων πραγματοποιούνται σε διαδοχικά διαφορετικά επίπεδα εκτίμησης μιας

κατάστασης. Η πρώτη εκτίμηση περιλαμβάνει το διαχωρισμό σε θετικά και αρνητικά συναισθήματα. Ενώ στη συνέχεια πραγματοποιείται μια δευτερογενής εκτίμηση. Οι γνωστικές εκτιμήσεις παρουσιάζουν απεριόριστη ποικιλία ώστε να είναι σε θέση να διαφοροποιούν όλες τις συναισθηματικές εκφάνσεις.

Η γνωστική εκτίμηση είναι υπεύθυνη και για την ένταση της συναισθηματικής αντίδρασης. Η εκτίμηση οδηγεί σε αντιμετώπιση, η οποία με τη σειρά της αλλάζει τη σχέση ατόμου περιβάλλοντος, η οποία με τη σειρά της οδηγεί σε διαφορετικά συναισθήματα.

Η απόδοση προσωπικού νοήματος σε ένα ερέθισμα θεωρείται γνωστική λειτουργία, χωρίς αυτό να σημαίνει ότι εκλαμβάνεται υποχρεωτικά ως συνειδητή, λεκτικοποιημένη, εκούσια ή λογική. Η γνωστική εκτίμηση θεωρείται ο πρώτος και ο πιο κεντρικός παράγοντας για την έκλυση του συναισθήματος. Είναι ικανή και αναγκαία συνθήκη για τη βίωση συναισθήματος.

Οι Fiske, Cuddy, Glick, Xu, (2002) θεωρούν εκλυόμενο από τα σχήματα συναίσθημα. Τα σχήματα που βασίζονται σε προηγούμενες εμπειρίες μπορεί να φέρουν και συναισθηματικές συνιστώσες. Όταν μία νέα εμπειρία εμπίπτει σε ένα σχήμα (το ενεργοποιεί) δεν αναδύεται μόνο προηγούμενη γνώση, αλλά και προηγούμενες συναισθηματικές αντιδράσεις. Γνωσιακή ερμηνεία της μεταβίβασης.

Ποικίλες άλλες θεωρίες με κύριο κοινό χαρακτηριστικό τον τρόπο που το άτομο ερμηνεύει το περιβάλλον του. Σε αυτές τις απόπειρες ταξινόμησης των διαστάσεων της γνωστικής εκτίμησης, που οδηγούν στη διαφοροποίηση του συναισθήματος, παρατηρείται σημαντική αλληλοεπικάλυψη.

Οι θεωρίες αυτές είναι σημαντικό να διαχωρίζονται από αυτές που βασίζονται στην έννοια της αυτοπαρατήρησης που εισήγαγε ο Bem το 1972. Οι θεωρίες αυτές αναφέρονται στην ερμηνεία των χαρακτηριστικών του περιβάλλοντος και όχι των σωματικών αλλαγών. Τα πειράματα σχετικά με τη μεταφορά της διέγερσης αναφέρουν περιπτώσεις, όπου η σωματική διέγερση επηρεάζει τη συναισθηματική αντίδραση, χωρίς προηγούμενη αναγνώρισή της από το άτομο.

Σημαντική πηγή επανατροφοδότησης που βασίζεται στην αυτοπαρατήρηση αποτελεί και η συμπεριφορά. Οι θεωρίες της γνωστικής

εκτίμησης και της επανατροφοδότησης δεν είναι υποχρεωτικά αμοιβαίως αποκλειόμενες. Οι σωματικές αντιδράσεις συχνά προκαλούνται από εκτιμήσεις της κατάστασης, και οι αντιδράσεις αυτές, μέσω των επιδράσεών τους στο συναίσθημα επηρεάζουν τη διαδικασία της εκτίμησης.

### **1.3 ΟΙ ΙΔΙΟΤΗΤΕΣ ΤΩΝ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΩΝ**

Η ένταση, η διάρκεια και η ποιότητα είναι τρεις από τις βασικές ιδιότητες των συναισθημάτων. Η ένταση αφορά το βαθμό που αισθανόμαστε ένα συναίσθημα αυτό μπορεί να είναι πολύ δυνατό, μέτριο ή ελάχιστο σε ένταση. Η διάρκεια αφορά το χρόνο που διαρκεί ένα συναίσθημα, αν αυτό είναι θετικό και κρατάει μεγάλο χρονικό διάστημα υπάρχει η πιθανότητα να οδηγήσει σε αρνητική κατάληξη όπως πλήξη, κόπωση λόγω κορεσμού και επανάληψης του συναισθήματος αντίθετα δεν συμβαίνει το ίδιο με το αρνητικό συναίσθημα αυτό σε καμία περίπτωση δεν μπορεί να οδηγήσει σε κάτι θετικό απλά μπορεί η ένταση του να μειωθεί. Η ποιότητα αφορά το είδος της ψυχικής κατάστασης που δημιουργεί και αυτή διαχωρίζεται σε δύο είδη τα θετικά και ευχάριστα και τα αρνητικά και δυσάρεστα συναισθήματα που κυριαρχούν στην ζωή του ατόμου.

Οι βασικές λειτουργίες των συναισθημάτων είναι οι εξής:

- α. η εξωτερίκευση της εσωτερικής κατάστασης (προθέσεις, ανάγκες, επιθυμίες) προς ένα ξεχωριστό άτομο,
- β. η διερεύνηση του περιβάλλοντος,
- γ. όπως επισημαίνει ο Κακαβούλης (1997) «η αντίδραση σε επείγουσες περιστάσεις» (σελ. 51). «Το εκάστοτε περιστασιακό κοινωνικό πλαίσιο έχει σημασία για την πυροδότηση του συναισθήματος» (σελ. 68). «Τα νέα συναισθήματα που εμπλουτίζουν το συναισθηματικό ρεπερτόριο, εντασσόμενα στο συμπεριφορικό φάσμα, επιφέρουν αλλαγές στις συναισθηματικές διεργασίες» (σελ. 71).

## 1.4 Η ΤΑΞΙΝΟΜΙΣΗ ΤΩΝ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΩΝ

Οι Dunn & Hughes (1998) ταξινομούν τα συναισθήματα σε ατομικά, κοινωνικά, βιολογικά και ανώτερα. Τα ατομικά συναισθήματα (αυτοσυναισθήματα) αναφέρονται στο πώς αισθάνεται το κάθε άτομο χωριστά και μπορεί αυτό να το οδηγήσει σε θετικό ή αρνητικό συναίσθημα. Το πώς αισθάνεται κάθε άτομο για τον εαυτό του έχει σαν αποτέλεσμα μερικές φορές σε ακραίες συναισθηματικές καταστάσεις να το οδηγήσει σε σύμπλεγμα ανωτερότητας ή κατωτερότητας σε σχέση με τα άτομα που το περιβάλλουν. Πέρα από τα ατομικά συναισθήματα όμως υπάρχουν και τα κοινωνικά συναισθήματα που παρατηρούνται μέσα από τη συναναστροφή και την επικοινωνία ενός ατόμου με άλλους ανθρώπους και τον ευρύτερο κοινωνικό του περίγυρο.

Η επικοινωνία όταν είναι πραγματοποιήσιμη και εφικτή προκαλεί θετικά κοινωνικά συναισθήματα όπως: φιλία, αποδοχή, συμπάθεια αναγκαία για την ψυχική υγεία του ατόμου.

Αντίθετα τα αρνητικά κοινωνικά συναισθήματα οδηγούν σε διάσπαση της ψυχικής ηρεμίας του ατόμου ωθώντας το στην οργή, το θυμό, την επιθετικότητα κ.α. Σ αυτά ανήκει και η ζήλεια όπου εκφράζεται με διάφορους τρόπους και διαφορετική ένταση ανάλογα με την ηλικία, το φύλο, τις πρότερες εμπειρίες του ατόμου και το στάδιο της συναισθηματικής του νοημοσύνης. Πολλές φορές καταλήγει να γίνει ένα άκρως “τοξικό” συναίσθημα που δημιουργεί προβλήματα και σε αυτόν που την υπόκειται αλλά και σε εκείνον που τη νοιώθει.

Σχετικά με τα βιολογικά συναισθήματα που προκαλούνται στο άτομο αυτά έχουν σχέση με βιολογικές λειτουργίες όπως η δίψα, η πείνα, ο κορεσμός και τα συναισθήματα που προκαλούνται στο άτομο ως αποτέλεσμα αυτών. Τέλος τα ανώτερα συναισθήματα συνδέονται με ανώτερες γνωστικές καταστάσεις και τον κώδικα αξιών και χωρίζονται σε θεωρητικά, ηθικά, καλαισθητικά, θρησκευτικά, ανθρωπιστικά, εθνικά και πατριωτικά. (σελ. 171)  
Παρακάτω ακολουθούν σε εικόνες τα κύρια συναισθήματα που βιώνουν τα παιδιά της προσχολικής ηλικίας καθώς και σε πίνακα τα οι τρόποι εκδήλωσης των συναισθημάτων της προσχολικής ηλικίας.

**ΕΙΚΟΝΑ 1. 1 ΧΑΡΑ-ΕΥΤΥΧΙΑ**



Πηγή: [www.google.gr](http://www.google.gr)

**ΕΙΚΟΝΑ 1. 2 ΗΡΕΜΙΑ**



Πηγή: [www.google.gr](http://www.google.gr)

**ΕΙΚΟΝΑ 1. 3 ΈΚΠΛΗΞΗ**



Πηγή: [www.google.gr](http://www.google.gr)

**ΕΙΚΟΝΑ 1. 4 ΑΓΑΠΗ**



Πηγή: [www.google.gr](http://www.google.gr)

**ΕΙΚΟΝΑ 1. 5 ΑΓΑΠΗ-ΣΤΟΡΓΗ**



Πηγή: [www.google.gr](http://www.google.gr)

**ΕΙΚΟΝΑ 1. 6 ΑΠΟΓΟΝΤΕΥΣΗ**



Πηγή: [www.google.gr](http://www.google.gr)

**ΕΙΚΟΝΑ 1. 7 ΖΗΛΙΑ**



Πηγή: [www.google.gr](http://www.google.gr)

**ΕΙΚΟΝΑ 1. 8 ΘΛΙΨΗ-ΠΟΝΟΣ-ΛΥΠΗ**



Πηγή: [www.google.gr](http://www.google.gr)

**ΕΙΚΟΝΑ 1. 9 ΜΙΣΟΣ**



Πηγή: [www.google.gr](http://www.google.gr)

**ΠΙΝΑΚΑΣ 1. 1 ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ-ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΑΠΟ ΤΟ ΓΟΝΕΑ-ΟΦΕΛΗ**

Συμπεριφορά/κατάσταση παιδιού	Συναίσθημα	Διατύπωση από το γονέα	Οφέλη
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Χτυπάει παλαμάκια</li> <li>➤ Χοροπηδάει</li> <li>➤ Χαμογελάει</li> </ul>	Χαρά	Φαίνεται ότι είσαι χαρούμενος	Αναγνωρίζοντας τη χαρά του ο γονιός «δίνει» το δικαίωμα στο παιδί να χαίρεται όποτε το θελήσει.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Μένει μόνο του</li> <li>• Κλαίει</li> <li>• Αρνείται να παιξεί</li> </ul>	Λύπη	Δείχνεις λυπημένος!	Καταλαβαίνει το παιδί ότι δεν υπάρχουν θετικά και αρνητικά συναισθήματα.
<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Χτυπάει τον εαυτό του ή/και τους άλλους</li> <li>❖ Φωνάζει</li> <li>❖ Πετάει πράγματα στον τοίχο</li> </ul>	Θυμός	Είσαι θυμωμένος!	Ο γονιός του δείχνει τον τρόπο να εκτονώσει το θυμό του.
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Δεν απομακρύνεται από το γονιό</li> <li>✓ Ξυπνάει τη νύχτα από εφιάλη</li> <li>✓ Αρνείται να πλησιάσει ζώα</li> </ul>	Φόβος	Αισθάνεσαι φόβο!	Ο «ώριμος» γονιός αναγνωρίζοντας το φόβο του παιδιού το βοηθά να αναπτύξει την αυτοπεποίθησή του
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Επιθετικό με στο αδερφάκι του ή με τους γονείς χωρίς ιδιαίτερο λόγο.</li> <li>▪ Παράλογες και ασήμαντες δικαιολογίες, δείχνει τον εκνευρισμό του, χτυπάει, βρίζει, και δαγκώνει.</li> <li>▪ Δυσκολεύεται να προσαρμοστεί και υιοθετεί αντικοινωνική συμπεριφορά.</li> <li>▪ Αρνείται πεισματικά να πάει στο σχολείο, να συμμετάσχει σε κοινωνικές εκδηλώσεις και εξόδους.</li> <li>▪ -Αρνείται πεισματικά να φάει ή αποκτά ιδιοτροπίες στο φαγητό.</li> <li>▪ -Παρουσιάζει διαταραχές στον ύπνο του.</li> <li>▪ Αρνείται ή δυσκολεύεται να κοιμηθεί, ξυπνάει στη μέση της νύχτας, απαιτεί να κοιμηθεί στο δωμάτιό σας ή «βρέχει» το κρεβάτι του.</li> <li>▪ Μιμείται συμπεριφορές του βρέφους, κατουριέται, μιλάει και κλαίει σαν μωρό.</li> <li>▪ Σε ακραίες περιπτώσεις, μπορεί να αρχίσει να αρρωσταίνει συχνά και να γίνει ξαφνικά φιλάσθενο</li> <li>▪</li> </ul>	ζήλια	ζηλιαρογατα	Να κατανοήσει το συναίσθημα της ζήλιας και να το μετατρέψει σε θετική συμπεριφορά(π.χ Να φροντίσει-προσέχει το αδερφάκι του)

Πηγή: [http://www.gonios.gr/index.php?view=article&catid=54%3A2012-09-01-14-44-19&id=126%3A2010-08-02-12-46-39&format=pdf&option=com\\_content](http://www.gonios.gr/index.php?view=article&catid=54%3A2012-09-01-14-44-19&id=126%3A2010-08-02-12-46-39&format=pdf&option=com_content)



## 1.5 ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΣΤΗΝ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ

Τίθεται ένα αναπτυξιακό ζήτημα περί της προέλευσης, της οντογένεσης των συναισθημάτων. Δεν έχουμε 'παρθενογένεση', δηλαδή τα συναισθήματα δεν γεννιούνται από το μηδέν, ούτε τα ώριμα συναισθήματα υπολανθάνουν στους πρώτους μήνες της ζωής για να εκδηλωθούν στην πλήρη τους μορφή αργότερα. Προκύπτουν μέσα από μια διαδικασία διαφοροποίησης των προ-συναισθηματικών αντιδράσεων, των προδρομικών συναισθημάτων, μέσα από την ενδυνάμωση του νοήματος και μέσα από τις συνεχώς μεταβαλλόμενες καταστάσεις διέγερσης.

Ο Soufre το (1996) επισημαίνει ότι τα συναισθήματα υπό το πρίσμα μιας αναπτυξιακής διαδικασίας, συνδέουν τις πρώιμες εκφάνσεις με τις ώριμες μορφές. Η συναισθηματική ζωή είναι άρρηκτα συνδεδεμένη με κάθε τομέα των κοινωνικών σχέσεων. Η ανταλλαγή συναισθημάτων είναι παράγοντας πρωταρχικής σημασίας. Η γνωστική και συναισθηματική ανάπτυξη είναι δύο όψεις του ίδιου νομίσματος μέσα στην ολότητα της ζωής.

Το άτομο καθώς αναπτύσσεται συντελούνται ορισμένες μεταβολές στην ψυχοσωματική του ανάπτυξη σε διάφορους τομείς στο βιοσωματικό, στο ψυχοκινητικό, στο γνωστικο-γλωσσικό και στο κοινωνικο-συναισθηματικό επίπεδο.

Σύμφωνα με το Goleman (1998), τα πρώτα στάδια της ζωής είναι καθοριστικά για την ανάπτυξη των συναισθηματικών ικανοτήτων ενώ οι μεταγενέστερες δεξιότητες οικοδομούνται πάνω στις πρώτες. Ο ανθρώπινος εγκέφαλος είναι ευμετάβλητος και υπόκειται σε μια συνεχή διαδικασία ωρίμανσης με το πέρασμα του χρόνου. Η εντονότερη ανάπτυξη παρατηρείται κατά την παιδική ηλικία. Οι νευρωνικές συνάψεις που χρησιμοποιούνται περισσότερο είναι και αυτές που ισχυροποιούνται τελικά. «Οι εμπειρίες διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στη διάπλαση του εγκεφάλου, ειδικά στην παιδική ηλικία» (σελ. 313). Η παιδική ηλικία αποτελεί ένα πεδίο ευκαιριών για τη συγκρότηση του συγκινησιακού κυκλώματος του παιδιού με τους κατάλληλους χειρισμούς. Το νευρωνικό αρχιτεκτόνημα και οι συνάψεις του

παγιώνονται, με βάση τις συνήθειες της παιδικής ηλικίας. Το παιδί μέσω της μάθησης αποκτά σταδιακά πιο εκλεπτυσμένα συναισθηματικά εργαλεία.

Ο Ηρακλέους (2005) θεωρεί ότι συγκεκριμένα στην προσχολική ηλικία, το φανταστικό παιχνίδι μπορεί να λειτουργήσει ως μια πλατφόρμα έκφρασης συναισθημάτων και απάλυνσης συγκρούσεων και οδυνηρών συναισθημάτων. Συμβάλλει επίσης στη συναισθηματική αυτορρύθμιση. Τα παιδιά σ' αυτήν την ηλικία κατανοούν τα συναισθήματά τους και μπορούν να τα ελέγξουν. Δρουν και συμπεριφέρονται με βάση τους κοινωνικούς κανόνες τους οποίους και εσωτερικεύουν. Αντιλαμβάνονται ότι πολλές φορές τα συναισθήματα εξαρτώνται και από το τι περιμένουμε από τον άλλον με αποτέλεσμα να δυσκολεύονται να διακρίνουν τι νιώθει ένα άτομο και τι θέλει να δείξει στους υπόλοιπους.

Τα παιδιά της ηλικίας αυτής έχουν μάθει να λαμβάνουν την απεριόριστη προσοχή από το οικογενειακό τους περίγυρο, πράγμα που δεν συμβαίνει (τουλάχιστον στην ίδια ένταση) από το καινούργιο περιβάλλον. Έτσι πολλές φορές εκφράζουν πιο έντονα αρνητικά συναισθήματα και ιδιαίτερα ζήλεια προς τους συνομηλίκους τους. Ακόμη όμως και στο οικογενειακό περιβάλλον εκφράζουν με διαφορετικό τρόπο εκδήλωσης από το καθένα, συναισθήματα ζήλειας.

Γενικά εκφράζουν πιο σύνθετες συναισθηματικές έννοιες όπως υπερηφάνεια, ζήλια και νιώθουν πιο συχνά τα συναισθήματα της υπερηφάνειας και της ενοχής σε αντίθεση με το συναίσθημα της ντροπής που ένιωθαν όταν ήταν νήπια.

Η ανοχή του συναισθήματος της απογοήτευσης είναι πιο έντονη και αυτό οφείλεται στο γεγονός ότι αρχίζουν να καταπιέζουν τα συναισθήματά τους με αποτέλεσμα να δείχνουν ότι δεν αναστατώνονται. Το παιδί αντιμετωπίζει συνθετότερες προκλήσεις, οπότε καλείται να ρυθμίσει και να ελέγξει αποτελεσματικότερα τα συναισθήματα του.

Σύμφωνα με τον Gottman (1997), τα παιδιά αποκαλύπτουν βαθιά συναισθήματα μέσα από το φανταστικό παιχνίδι. Πάνω στο παιχνίδι, το παιδί προβάλλει τους φόβους, τις ανασφάλειες και τις ανησυχίες του. Οι συχνότερα απαντώμενοι φόβοι είναι ο φόβος της έλλειψης δύναμης, της εγκατάλειψης, του σκοταδιού, του εφιάλτη, των γονεϊκών συγκρούσεων, του θανάτου. Οπότε

ο γονιός οφείλει να παρατηρεί προσεκτικά τα παιχνίδια 'προσποίησης' των παιδιών.

## **2. ΘΕΩΡΙΕΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ**

### **2.1 ΕΙΣΑΓΩΓΗ**

Η συναισθηματική ανάπτυξη του ατόμου από την βρεφική ηλικία ως την ενήλικη ζωή χαρακτηρίζεται από ποικιλομορφία και πολυπλοκότητα. Ποικίλες θεωρητικές ερμηνείες και έρευνες έχουν πραγματοποιηθεί και διατυπωθεί από ερευνητές που ερμηνεύουν και αναλύουν την φύση και την πορεία της συναισθηματικής ανάπτυξης του ατόμου. Τέτοιες θεωρίες είναι η θεωρία της συμπεριφοράς (Watson), η ψυχαναλυτική θεωρία (Jung, Adler, Erikson), η γενετική- γνωστική θεωρία (Piaget) και η θεωρία της συναισθηματικής νοημοσύνης (Goleman).

### **2.2 Η ΘΕΩΡΙΑ ΤΗΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ ΤΟΥ WATSON**

Οι ψυχολόγοι Watson & Rayner, (1920) βασισμένοι στα πειράματα του Ρανίον και στην κλασική θεωρία των εξαρτημένων ανακλαστικών συνδέσεων την αντίδραση με την ύπαρξη ενός επαναλαμβανόμενου ερεθίσματος εισάγοντας την θεωρία της συμπεριφοράς (Behaviorism). Την θεωρία του αυτή την μετέφερε και την εφάρμοσε στις συναισθηματικές καταστάσεις που βιώνει ο άνθρωπος. Με το γνωστό σ' όλους πείραμά του με τον Albert, 11μηνών έδειξε πως ο φόβος είναι αποτέλεσμα μάθησης. Μέσα από τις αντιδράσεις του παιδιού κατέληξε στο συμπέρασμα πως τα συναισθήματα που αναπτύσσει το άτομο εξαρτώνται από τα ερεθίσματα που ενυπάρχουν στο περιβάλλον του κατά την διάρκεια της ανάπτυξής του. Συνεπώς αντικείμενα που συνδέονται με ευχάριστα γεγονότα προκαλούν ευχάριστα συναισθήματα διαφορετικά αρνητικά γεγονότα μας δημιουργούν δυσάρεστα συναισθήματα με αποτέλεσμα να τα αποφεύγουμε και απομακρυνόμαστε από αυτά (Καψάλης, 2005).

## 2.3 Η ΘΕΩΡΙΑ ΤΗΣ ΨΥΧΑΝΑΛΥΣΗΣ ΤΩΝ FREUD, JUNG, ADLER, ERIKSON

Οι κυριότερες θεωρίες που αναπτύχθηκαν στον χώρο της Ψυχανάλυσης για την συναισθηματική ανάπτυξη είναι η ψυχαναλυτική θεωρία του Sigmund Freud, η Αναλυτική θεωρία του C.Jung, η Ατομική θεωρία του A.Adler και η Βιοκοινωνική θεωρία του Erikson.

Σύμφωνα με την ψυχαναλυτική θεωρία του Freud (1856-1939) το βρέφος στην αρχή της ζωής του δεν έχει συναισθήματα. Τον 2ο -3ο μήνα όταν αναπτύσσονται οι λειτουργίες του Εγώ (αντίληψη, μνήμη, λογική σκέψη, αυτογνωσία) αναπτύσσονται και τα συναισθήματα ενοχής, υπερηφάνειας, ντροπής. Το Εγώ λαμβάνει σημαντικό ρόλο στην ανάπτυξη των συναισθημάτων. Μέχρι εκείνη την στιγμή οι συναισθηματικές καταστάσεις που βιώνει το βρέφος βρισκόταν στο ασυνείδητο σε αδιαφοροποίητη μορφή. Ο Freud παρά τις αμφισβητήσεις που δέχτηκε από διάφορους επιστήμονες ήταν αυτός που διατύπωσε τα στάδια της ψυχοσεξουαλικής ανάπτυξης του ατόμου τονίζοντας ότι ο έρωτας είναι το εντονότερο συναίσθημα που διακατέχει το παιδί κατά την ανάπτυξη του.

Η Αναλυτική θεωρία του Jung δέχεται κάποια από τα σημεία της θεωρίας του Freud και υποστηρίζει την ύπαρξη του συνειδητού και ασυνείδητου μέρους της ψυχικής δομής του ατόμου. Το ασυνείδητο χωρίζεται στο προσωπικό και κοινωνικό ασυνείδητο από τα οποία προκύπτουν δύο τύποι ο εσωστρεφής και ο εξωστρεφής. Αυτοί οι τύποι ανάλογα με το ποια λειτουργία (νόηση, συναίσθημα, αντίληψη, ενόραση) υπερισχύει διαμορφώνονται οι αντίστοιχοι τύποι. Ο εσωστρεφής διανοητικός, συναισθηματικός, αντιληπτικός, ενορατικός και ο εξωστρεφής διανοητικός, συναισθηματικός, αντιληπτικός, ενορατικός τύπος. Όλοι οι τύποι κυριαρχούνται από έντονα συναισθήματα με την διαφορά πως ο εσωστρεφής δεν τα εκδηλώνει ενώ ο εξωστρεφής τα εκδηλώνει. Η Ατομική θεωρία του Adler βασίστηκε στην άποψη ότι το άτομο από την στιγμή της γέννησης του επιδιώκει την κοινωνική αναγνώριση και την επικράτηση έναντι των συνομηλίκων του. Αυτό τον οδηγεί στην βίωση θετικής εικόνας για τον εαυτό του (θετικό αυτοσυναίσθημα). Το συναίσθημα αυτό αποτελεί και βασικό

κίνητρο στην ζωή του. Αντίθετα το συναίσθημα της μειονεξίας μπορεί να έχει σοβαρές επιπτώσεις στην ψυχοσύνθεσή του (νευρώσεις). Έτσι οποιοδήποτε μειονέκτημα εμφανιστεί οδηγεί το άτομο στην αναπλήρωση του κενού ή την μειονεξίας του με την προβολή ενός θετικού στοιχείου της προσωπικότητας του. Τέτοιο παράδειγμα είναι ο Beethoven ο οποίος παρόλο το μειονέκτημά του, ήταν κωφός, απέδειξε το μεγάλο του ταλέντο στην μουσική (Κακαβούλης, 1997).

Ο Erikson στο βιβλίο με τίτλο « Η παιδική ηλικία και η κοινωνία » υποστηρίζει πως η διαμόρφωση της προσωπικότητας του ατόμου ξεκινάει από πολύ νωρίς και φτάνει μέχρι τα γηρατειά. Σε κάθε περίοδο της ζωής του το άτομο περνά από «κρίσεις», εσωτερικές συγκρούσεις τις οποίες καλείται να λύσει. Ο Erikson τις ονομάζει κοινωνικο-συναισθηματικές κρίσεις του Εγώ. Κάθε στάδιο αποτελείται από ένα δίπολο συναισθηματικών καταστάσεων αντίθετων μεταξύ τους (Εμπιστοσύνη-Δυσπιστία, Αυτονομία-Αμφιβολία, Πρωτοβουλία-Ενοχή, Φιλοπονία- Κατωτερότητα, Ταυτότητα-Σύγχυση ρόλων, Οικειότητα-Απομόνωση, Παραγωγικότητα- Στασιμότητα, Πληρότητα-Απελπισία). Μέσα από τα στάδια αυτά μπορούμε εύκολα να αντιληφθούμε την πορεία της συναισθηματικής ανάπτυξης του παιδιού (Cole & Cole, 2002).

Ο Piaget συνέδεσε στην θεωρία του τις γνωστικές και τις συναισθηματικές λειτουργίες του ατόμου. Αυτά συντελούν τα λεγόμενα ψυχογνωστικά σχήματα που ενεργοποιούνται με την παροχή κατάλληλου ερεθίσματος. Οποιαδήποτε πράξη πραγματοποιείται από το άτομο πάντα εμπιρεύει συναισθηματικά κίνητρα που μπορεί να οδηγήσουν αντίστοιχα στην επίτευξη ή μη ενός γνωστικού ή συμπεριφοριστικού αποτελέσματος. Κακαβούλης, (1997) αναφέρει ότι «τα συναισθήματα λοιπόν δρουν μαζί με τις γνωστικές λειτουργίες και μετασχηματίζονται με το πέρασμα του χρόνου» (σελ.117-118).

## 2.4 Η ΘΕΩΡΙΑ ΤΗΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗΣ ΤΟΥ GOLEMAN

Η πρώτη επίσημη αναφορά του όρου συναισθηματική νοημοσύνη έγινε από τους Mayer, DiPaolo και Salovey το 1990. Επειδή υπήρξε ασάφεια ως προς τον ορισμό που έδωσαν οι Salovey και Sluyter το 1997 επαναπροσδιόρισαν τον όρο και κατέληξαν στην ύπαρξη 4 δεξιοτήτων, της αντίληψης, της πρόσβασης, της κατανόησης και της ρύθμισης των συναισθημάτων (Τριλίβα& Ρούσση, 2000).

Ο όρος συναισθηματική νοημοσύνη θέλει να τονίσει την άμεση σχέση που υπάρχει μεταξύ των γνωστικών λειτουργιών και του συναισθήματος. Ένας από τους θεμελιωτές και συνεχιστές της έρευνας και της θεωρίας που σχετίζονται με τη συναισθηματική νοημοσύνη υπήρξε ο Goleman.

Στο βιβλίο του «Συναισθηματική νοημοσύνη», υποστήριξε πως η επιτυχία στη ζωή δεν είναι απαραίτητα συνάρτηση του δείκτη νοημοσύνης αλλά της ικανότητας για αυτογνωσία, αυτοπεποίθηση, αυτοέλεγχο, ενδιαφέρον και κατανόηση. Το αν ένας άνθρωπος πετύχει ή όχι λοιπόν εξαρτάται από πολλές δεξιότητες όπως η αυτογνωσία και η αυτοπεποίθηση και όχι απλά από το πόσο “εξυπνος” ή “μορφωμένος” είναι. Έχουμε στο νου μας όλοι παραδείγματα όχι και ιδιαίτερα εφυών ανθρώπων οι οποίοι πίστεψαν στις ικανότητές τους και στον εαυτό τους και αναδεικνύοντας αυτές τις πλευρές της προσωπικότητας και του χαρακτήρα τους, πέτυχαν πολλά στη ζωή τους (και σε επαγγελματικό και σε προσωπικό επίπεδο).

Η έρευνα του έδειξε πως τα κυκλώματα του εγκεφάλου σχηματίζονται από την παιδική κιόλας ηλικία όπου αναπτύσσουν τέτοιες δεξιότητες. Η θεωρία του Goleman (1998) συνδέθηκε με την θεωρία της πολλαπλής νοημοσύνης του Gardner (1983) και όχι άδικα μια που κι αυτός ασχολήθηκε με το θέμα των ενδοατομικών και διατομικών σχέσεων των παιδιών με τον εαυτό τους και τους άλλους. Την σπουδαιότητα της συναισθηματικής ανάπτυξης στην ζωή του ατόμου άνευ της οποίας το άτομο εμποδίζεται να επιτύχει σε επιμέρους δραστηριότητες τονίστηκε ιδιαίτερα με την θεωρία των αναγκών του Maslow.

Σύμφωνα με τον Maslow για να φτάσει το άτομο στην αυτοπραγμάτωση που είναι ο βασικός του στόχος πρέπει να ικανοποιήσει τις βασικές του ανάγκες σε τροφή, νερό, στέγη και έπειτα τις συναισθηματικές του ανάγκες. Να νιώσει ότι ανήκει κάπου και ότι τον νοιάζουν και τον αγαπούν διαφορετικά δεν μπορεί να προχωρήσει ούτε στο στάδιο της αυτοπραγμάτωσης που είναι το τελικό στάδιο αλλά ούτε και αυτό της μάθησης. Οι πνευματικές του ανάγκες αναπτύσσονται αφού πρώτα ικανοποιηθούν οι συναισθηματικές του ανάγκες.

Ο Coleman (1998) υποστηρίζει ότι έχουμε δυο είδη νοημοσύνης τη διανοητική και τη συναισθηματική. Η πορεία μας στη ζωή καθορίζεται από την ισόρροπη ανάπτυξη και των δυο καθώς η διανοητική διάσταση δεν εξασφαλίζει την επιτυχία στον άνθρωπο όταν ο συναισθηματικός τομέας δεν έχει αναπτυχθεί εξίσου ισόρροπα.

Με τον όρο «συναισθηματική νοημοσύνη» αναφερόμαστε στην ικανότητα του ατόμου να κατανοεί τόσο τα δικά του συναισθήματα όσων και των άλλων, να δημιουργεί κίνητρα για τον εαυτό του και να χειρίζεται σωστά τα συναισθήματα του όσο και τις σχέσεις του με τους άλλους ανθρώπους. Ο όρος σαφώς περιγράφει δεξιότητες που είναι διαφορετικές αλλά και συμπληρωματικές με την ακαδημαϊκή γνώση δηλαδή τις καθαρά γνωστικές ικανότητες που μετρώντας με τον Δείκτη Νοημοσύνης.

Εδώ πρέπει να σημειώσουμε ότι συναισθηματική νοημοσύνη δεν σημαίνει να εκφράζεις ανεξέλεγκτα τα συναισθήματα σου ή να εκδηλώνεις ακριβώς ότι αισθάνεσαι αλλά να χειρίζεσαι ορθά τα συναισθήματα σου ώστε να εκφράζονται αποτελεσματικά και με τον κατάλληλο τρόπο. Αυτά τα δυο είδη νοημοσύνης αντανακλούν τη δραστηριότητα σε διαφορετικά τμήματα του εγκεφάλου. Η νόηση βασίζεται αποκλειστικά στη λειτουργία του νευροφλοιού δηλαδή των πιο πρόσφατα αναπτυγμένων τμημάτων του εγκεφάλου ενώ τα συναισθηματικά κέντρα εντοπίζονται σε βαθύτερες περιοχές στον αρχαιότερο υποφλοιό (Cole & Cole, 2002). Η συναισθηματική νοημοσύνη έχει να κάνει ακριβώς με αυτά τα κέντρα τα οποία βέβαια δεν λειτουργούν ανεξάρτητα αλλά σε συντονισμό με τα διανοητικά κέντρα. Η συναισθηματική νοημοσύνη μάς καθορίζει τις δυνατότητες που έχουμε ώστε να μάθουμε τις πρακτικές δεξιότητες που βασίζονται στα πέντε στοιχεία της : την αυτοεπίγνωση, τα



κίνητρα συμπεριφοράς , την αυτορύθμιση , την ενσυναίσθηση και την ικανότητα στις σχέσεις με τους άλλους.

Η συναισθηματική ικανότητα μάς δείχνει πόσο από αυτό το δυναμικό το έχουμε μεταφράσει σε ικανότητες σχετικές με την εκπαίδευση ή την εργασία. Οι συναισθηματικές ικανότητες είναι συγκροτημένες σε ομάδες και η καθεμιά από αυτές στηρίζεται σε μια κοινή βασική διάσταση της συναισθηματικής νοημοσύνης. κανένας άνθρωπος δεν έχει αναπτύξει όλες τις ικανότητες στον έπακρο βαθμό αναπόφευκτα όλοι έχουμε ένα προφίλ δυνατών και αδύνατων σημείων.

Κατά τον Coleman (1998) οι διαστάσεις της συναισθηματικής νοημοσύνης είναι οι εξής: ανεξάρτητες δηλαδή η καθεμιά συνεισφέρει με τον δικό της τρόπο, αλληλοεξαρτώμενες η καθεμιά επηρεάζει ως ένα βαθμό κάποιες άλλες ενώ υπάρχουν πολλές ισχυρές αλληλεπιδράσεις, ιεραρχικές δηλαδή η μια οικοδομούνε πάνω στην άλλη, αναγκαίες αλλά όχι ικανές: το να έχει κανείς μια βασική ικανότητα συναισθηματικής νοημοσύνης δεν εγγυάται ότι θα αναπτύξει και τις σχετικές δεξιότητες

Προσωπικές Ικανότητες: καθορίζουν τον τρόπο χειρισμού του εαυτού μάς,

α) αυτοεπίγνωση: το να γνωρίζει κανείς την εσωτερική του κατάσταση τις προτιμήσεις του τα προσωπικά του αποθέματα να είναι σίγουρος για την αξία και τις ικανότητες του και να έχει επαφή με την διαίσθηση του,

β) αυτορύθμιση: το να μπορεί κανείς να διαχειρίζεται την εσωτερική του κατάσταση τις παρορμήσεις του και τα προσωπικά του αποθέματα. Εδώ εντάσσονται ο αυτοέλεγχος, η αξιοπιστία, η ευσυνειδησία, η προσαρμοστικότητα και η καινοτομία (το να αισθάνεται κανείς άνετα σε πρωτοποριακές ιδέες προσεγγίσεις και νέες πληροφορίες),

γ) Οι Weare & Gray, (2000) αναφέρουν ότι « κίνητρα συμπεριφορά είναι οι συναισθηματικές τάσεις που οδηγούν προς την προαγωγή της ψυχικής και συναισθηματικής υγείας στο σχολείο» (σελ. 27-28).

Κοινωνικές ικανότητες: καθορίζουν τη διαχείριση των σχέσεων.

Εδώ εντάσσονται ικανότητες όπως

α) Ενσυναίσθηση: Μια σημαντική ικανότητα που αφορά την γνώση των συναισθημάτων και των άλλων και την κατανόησή τους. Αυτό σημαίνει και το σωστό χειρισμό της διαφορετικότητας των άλλων καθώς θα έχει προηγηθεί η πλήρη επίγνωση των συναισθημάτων των αναγκών και των ανησυχιών τους.

Από τη στιγμή που θα αναγνωριστούν και θα γίνουν κατανοητές και οι ανάγκες των άλλων, θα δοθεί η ευκαιρία σ αυτούς να ενδυναμώσουν της σχέσεις τους στο πλαίσιο μιας ομάδας και ενός ομαδικού πνεύματος και συλλογικότητας.

β) Κοινωνικές δεξιότητες όπως η επιρροή η επικοινωνία οι ηγετικές ικανότητες ο χειρισμός διαφωνιών η καλλιέργεια δεσμών η σύμπραξη και η συνεργασία καθώς και οι ομαδικές ικανότητες Συναισθηματική νοημοσύνη κατά τον Goleman (1998) είναι «η ικανότητα να ρυθμίζεις τη διάθεση σου, να χαλιναγωγείς τα πάθη σου, αντοχή στις απογοητεύσεις, αισιοδοξία, ενσυναίσθηση» (σελ. 67).

Κατά το Σάλοβι, η συναισθηματική νοημοσύνη περιλαμβάνει τους εξής άξονες:

1. γνώση των συναισθημάτων μας, αυτεπίγνωση, συναισθηματική αυτοπαρατήρηση και ενδοσκόπηση,
2. συναισθηματικός έλεγχος,
3. εξεύρεση κινήτρων, αυτοκυριαρχία, δημιουργικότητα,
4. αναγνώριση των συναισθημάτων των άλλων, ενσυναίσθηση,
5. Ο Goleman το (1998) αναφέρει επιπρόσθετα τον χειρισμό των και την τέχνη των διαπροσωπικών σχέσεων. Ακόμη αναφέρει ότι άλλες παράμετροι της συναισθηματικής νοημοσύνης είναι η εναρμόνιση, δηλαδή μια μετα-ενσυναίσθηση (όταν κατανοούμε ότι ο άλλος μας αντιμετωπίζει με ενσυναίσθηση και ανταποδίδουμε), η άφοβη εκδήλωση των συναισθημάτων μας, η εκφραστικότητα και η μεταδοτικότητα.

Η σωστή διαπαιδαγώγηση απαιτεί κάτι παραπάνω από τη διάνοια. Απαιτεί και συναίσθημα. Συναισθηματική νοημοσύνη πρέπει να διαθέτουν και οι γονείς και τα παιδιά. Τότε, οι γονείς έχουν επίγνωση των συναισθημάτων των παιδιών, έχουν ενσυναίσθηση. Η συναισθηματική νοημοσύνη επιτρέπει στα παιδιά να ελέγχουν τις παρορμήσεις τους, να αναβάλλουν για αργότερα την ικανοποίησή τους, να κατανοούν τα σήματα που εκπέμπουν οι άλλοι άνθρωποι και να είναι πιο δυνατά απέναντι στις διακυμάνσεις της ζωής.

Ο Gottman το 2000 επισημαίνει: «τα περισσότερα συναισθηματικά μαθήματα οι άνθρωποι τα παίρνουν από το οικογενειακό περιβάλλον» (σελ. 28).

Η συναισθηματική νοημοσύνη των παιδιών καθορίζεται σε μεγάλο βαθμό από την ιδιοσυγκρασία, αλλά συνδιαμορφώνεται και από τις αλληλεπιδράσεις με το γονεϊκό περιβάλλον.

Όσο το παρασυμπαθητικό νευρικό σύστημα βρίσκεται υπό διαμόρφωση, οι συναισθηματικές εμπειρίες του παιδιού συμβάλλουν κατά πολύ στη δόμηση της συναισθηματικής του νοημοσύνης (Gottman, 2000).

### **3. ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ ΤΗΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ**

#### **3.1 Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΚΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΤΟΥ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ**

Η συναισθηματική ανάπτυξη του παιδιού είναι αποτέλεσμα τόσο κληρονομικών όσο και περιβαλλοντολογικών συνθηκών. Έρευνες έχουν δείξει πως τα βρέφη από την στιγμή της γέννησής τους έχουν εγγενείς μηχανισμούς έκφρασης συναισθημάτων που ακολουθούν συγκεκριμένη πορεία (Greenberg & Snell, 1997).

Πιο συγκεκριμένα υπάρχουν βιολογικά καθορισμένες περιοχές εγκεφάλου που ενεργοποιούν θετικές ή αρνητικές συναισθηματικές περιοχές. Είναι συνεπώς εγγενή εν μέρει τα συναισθήματα που αναπτύσσει το βρέφος στην προσπάθειά του να επικοινωνήσει με το περιβάλλον του (κλάμα, δυσφορία, θυμός). Από την άλλη, το περιβάλλον παίζει και αυτό τον δικό του ρόλο στην ανάπτυξη και στην έκφραση των συναισθημάτων. Το οικείο περιβάλλον όπου ζει και αναπτύσσεται και οι εμπειρίες που αποκομίζει μέσα από την συναναστροφή του με τα κοντινά του πρόσωπα, επηρεάζουν τις συναισθηματικές εκδηλώσεις του παιδιού κατά την διάρκεια της ζωής του.

Πολλές έρευνες και μελέτες που πραγματοποιήθηκαν, έδειξαν πως πολλά από τα αρχικά συναισθήματα των βρεφών είναι έμφυτα καθώς όμως μεγαλώνουν και λόγω των εμπειριών που αποκτούν αλλά και της αγωγής που λαμβάνουν από το περιβάλλον τους τείνουν να γίνουν επίκτητα.

Χαρακτηριστική είναι η έρευνα που έγινε σε τυφλούς και απέδειξε πως τα τυφλά παιδιά στα πρώτα χρόνια της γέννησής τους εμφάνιζαν όλες τις συναισθηματικές εκφράσεις που εμφάνιζαν και τα βλέποντα παιδιά. Όλες όμως αυτές οι εκδηλώσεις ελαττώθηκαν με την πάροδο του χρόνου επειδή δεν μπορούσαν οπτικά τουλάχιστον να λάβουν κάποια ανταπόκριση από τους γονείς τους με αποτέλεσμα να μειωθεί η συχνότητα εμφάνισης αυτών των εκδηλώσεων. Εξάλλου πολλά από τα συναισθήματα όπως χαρά, λύπη, θυμός, φόβος, ζήλια απαντώνται με τον ίδιο τρόπο σε πολλούς λαούς και πολιτισμούς ανά τους αιώνες κάτι που επιβεβαιώνει την ύπαρξη έμφυτων

συνθημάτων. Αντίθετα οι διαφορετικές εκφράσεις του ίδιου συναισθήματος δηλώνουν την επίδραση του περιβάλλοντος.

Συγκεκριμένα ένα παιδί προσχολικής ηλικίας που ζηλεύει, παρουσιάζει διαταραχές συμπεριφοράς μπορεί να εκδηλώσει επιθετικότητα και βίαιη συμπεριφορά με καβγάδες λεκτικούς (όπως για παράδειγμα άσχημα λόγια, πειράγματα και κοροϊδία) αλλά και σωματική βία (όπως σπάσιμο παιχνιδιού, άρπαγμα παιχνιδιού, χτυπήματα, δαγκωματιές και κλωτσιές), συχνό κλάμα χωρίς εμφανή αίτια, το έντονο πείσμα και η απαιτητικότητα κ.α.

Οι διαφορετικές εκφράσεις του συναισθηματος της ζήλειας εχει να κάνει με το οικογενειακο περιβάλλον.

Οταν υπαρχει ένα ήρεμο οικογενειακό περιβάλλον με συναισθηματική επικοινωνία χωρίς καυγάδες, αποτελεί προϋπόθεση συναισθηματικής ωριμότητας και υγιούς συναισθηματικής ωρίμανσης του παιδιου.

### **3.2 ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΩΝ ΒΑΣΙΚΩΝ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΩΝ**

Το πρώτο στάδιο στην έκφραση των συναισθημάτων του ανθρώπου είναι η αναγνώριση των συναισθημάτων αυτών. Μια διαδικασία που μπορεί ένας άνθρωπος να μάθει κατά τη διάρκεια της ζωής του και μάλιστα από τα πρώτα χρόνια της. Από τη στιγμή που θα γίνει αυτό, μαθαίνουν με κάποιο τρόπο να εκφράζουν τα συναισθήματα αυτά (στο πλαίσιο βέβαια μιας κοινωνικά αποδεκτής συμπεριφοράς). Από πολύ μικρή ηλικία οι άνθρωποι μαθαίνουν να εκφράζουν τα συναισθήματά τους και αυτό από τους γονείς τους κυρίως και αργότερα από τους παιδαγωγούς τους στο σχολείο. Με την περιγραφή των συναισθημάτων τους και των συναισθημάτων των ανθρώπων που τους περιβάλλουν στον κοινωνικό τους περίγυρο, οι γονείς και οι παιδαγωγοί, μαθαίνουν στα παιδιά να αναγνωρίζουν το πώς αισθάνονται.

Έρευνες έδειξαν ότι η λεκτική ποικιλία στη απόδοση των εκφράσεων προσδιόρισε ανάλογα και την ποικιλία των συναισθημάτων των παιδιών. Για την διερεύνηση των συναισθημάτων η μέθοδος που ακολουθείται αφορά την παρατήρηση και την διάκριση των κινήσεων και συσπάσεων του προσώπου. Έχουν προσδιοριστεί 27 σημεία έκφρασης στο πρόσωπο, φρύδια, μέτωπο, μάτια, μύτη, μάγουλα και στόμα. Τα διάφορα συστήματα εκφράσεων

προσώπου που έχουν αναπτυχθεί παρουσιάζουν άλλοτε κοινά σημεία και άλλοτε διαφοροποιούνται. Βασική αρχή αποτελεί ότι τα συναισθήματα ενεργοποιούν το νευρικό σύστημα και κατά επέκταση προκαλούν σύσπαση των μυών του προσώπου.

Ο Darwin (1872/1995) ήταν ο πρώτος που διαπίστωσε πως ορισμένα συναισθήματα εντοπίζονται σε όλους τους πολιτισμούς. Στην διαμόρφωση των συναισθημάτων σημαντικό ρόλο παίζει ο πολιτισμός. Τα παιδιά μαθαίνουν έναν «πολιτισμό συναισθημάτων» (emotion culture) για το ποια συναισθήματα επιτρέπει η κοινωνία να εκφραστούν και ποια όχι. Έτσι γίνεται ένας διαχωρισμός ανάμεσα στα εγωκεντρικά και ετεροκεντρικά συναισθήματα.

Όπως αναφέρει στο βιβλίο του ο Κακαβούλης (1997) τα πέντε βασικά συναισθήματα που εκδηλώνουν τα παιδιά είναι η χαρά, η λύπη, ο θυμός, ο φόβος και η ζήλια. Ειδικότερα, η χαρά είναι ένα συναίσθημα που εκδηλώνεται σε όλο το ηλικιακό φάσμα. Οι εκφράσεις της χαράς (κινήσεις μυών προσώπου, χειλιών και ματιών, λάμψη ματιών) εντοπίζονται από τη βρεφική ηλικία. Το βρεφικό μειδίαμα προκαλείται αυθόρμητα και αντανακλαστικά ώρες μετά τη γέννηση. Αντίθετα το πρώτο κοινωνικό χαμόγελο απαντάται στο στενό συναισθηματικό δεσμό παιδιού μητέρας. Αργότερα κατά τον 3ο με 4ο μήνα η χαρά τους εκφράζεται με το γέλιο. Το γέλιο μπορεί να προκληθεί είτε με απτικά ερεθίσματα (άγγιγμα), με οπτικά ερεθίσματα (μορφασμούς προσώπου), με ακουστικά ερεθίσματα (ήχοι). Έτσι μια ποικιλία ερεθισμάτων μπορούν να οδηγήσουν τα παιδιά σε μια ευχάριστη διάθεση.

Η λύπη εμφανίζεται ως συνέπεια σωματικών συμπτωμάτων πόνου, απόρριψης, απογοήτευσης από την έλλειψη κάποιου αντικειμένου ή προσώπου και σε μεγαλύτερο βαθμό εκδηλώνεται ως θλίψη λόγω διαζυγίου γονέων, ασθένεια ή θανάτου αγαπημένου προσώπου. Ακόμη και η γέννηση ενός αδελφού μπορεί να βιωθεί ως λύπη από το μικρό παιδί. Η λύπη είναι αναμενόμενη σε καταστάσεις απώλειας. Η παρατεταμένη λύπη μπορεί να αναστείλει την γνωστική και κοινωνική ανάπτυξη του παιδιού. Εκφράζεται με κλάματα, θρήνους, διαταραχές ύπνου ή διατροφής και δείγματα προσκόλληση σε κάποιον ενήλικασυναίσθημα του θυμού είναι ένα αρνητικό συναίσθημα που εντοπίζεται από την βρεφική κιόλας ηλικία και εκδηλώνεται όταν νιώσουν πόνο, δεχτούν επίθεση και ματαίωση των επιθυμιών τους.

Η επιθετικότητα αποτελεί έναν από τους τρόπους έκφρασης του θυμού και της ζηλιας. Στα βρέφη αρχικά εκφράζεται με το κλάμα και έπειτα στην ηλικία των 4 με 6 μηνών με φωνές και απότομες κινήσεις. Ο θυμός στο 2ο έτος φθάνει στο μεγαλύτερο βαθμό εκδήλωσης του. Στο 3ο έτος ο θυμός-ζηλεια παίρνει τη μορφή επιθετικότητας και ανταπόδοσης με λόγια ή πράξεις. Στα αρνητικά συναισθήματα εντάσσεται και το συναίσθημα του φόβου. Ο φόβος είναι το αποτέλεσμα της ανασφάλειας που νιώθουν όταν κάποιος ή κάτι τους απειλεί. Ο φόβος οδηγεί το άτομο στην φυγή ενώ ο θυμός στην επίθεση.

Ο φόβος εκδηλώνεται με ποικίλους τρόπους όπως ανήσυχο βλέμμα, τρέμουλο, κραυγή, προσέγγιση άλλου προσώπου κ.α. Τα αίτια ποικίλουν και εξαρτώνται από την ένταση, το απροσδόκητο και τον κίνδυνο των ερεθισμάτων. Ο Bowlby υποστήριξε πως οι φόβοι έχουν βιολογικό υπόστρωμα. Ήδη από τους πρώτους μήνες της ζωής τους τα βρέφη αναπτύσσουν ένα έντονο φόβο για τα άγνωστα πρόσωπα.

Τα αρνητικά συναισθήματα που το διακατέχουν είναι εμφανή όπως γρήγορη αναπνοή, κλάμα, ένταση, ανησυχία και αποστροφή προσώπου. Στην βρεφική ηλικία κυρίως φοβούνται τα άγνωστα πρόσωπα, το ξαφνικό, τους δυνατούς ήχους, τις απότομες κινήσεις, το δυνατό φως και τις σκιές. Στην προσχολική ηλικία οι φόβοι αφορούν τα ζώα, τις φανταστικές ιστορίες, την μοναξιά, το σκοτάδι, τα όνειρα, τα φαντάσματα, το θάνατο και τα χτυπήματα.

Στην σχολική περίοδο φοβούνται την επιθετικότητα των άλλων παιδιών, την τιμωρία στο σχολείο, τους χαμηλούς βαθμούς και την αποτυχία. Στην εφηβεία οι φόβοι αφορούν κυρίως είτε τα φυσικά φαινόμενα (φωτιά, καταστροφές, σεισμοί κ.α.) είτε στις κοινωνικές τους σχέσεις με τους άλλους ή τον εαυτό τους. Εξάλλου είναι η περίοδος διαμόρφωσης της ταυτότητας τους.

Η αντιμετώπιση του φόβου στην οικογένεια και η ανάπτυξη του συναισθήματος της εμπιστοσύνης, της πρωτοβουλίας και της αυτονομίας παίζει σημαντικό ρόλο. Βέβαια οι υπερπροστατευτικοί ή αυταρχικοί γονείς επιδεινώνουν και ωθούν τα παιδιά στην ανάπτυξη φοβικών αντιδράσεων.

Η ζήλια εκδηλώνεται με επιθετικότητα στο αδερφάκι ή με τους γονείς, με παράλογες και ασήμαντες δικαιολογίες, δείχνει τον εκνευρισμό του, χτυπάει, βρίζει, και δαγκώνει, πολλές φορές δυσκολεύεται να προσαρμοστεί και υιοθετεί αντικοινωνική συμπεριφορά, αρνείται πεισματικά να πάει στο

σχολείο, να συμμετάσχει σε κοινωνικές εκδηλώσεις και εξόδους, αρνείται πεισματικά να φάει ή αποκτά ιδιοτροπίες στο φαγητό, Παρουσιάζει διαταραχές στον ύπνο του, αρνείται ή δυσκολεύεται να κοιμηθεί, ξυπνάει στη μέση της νύχτας, απαιτεί να κοιμηθεί στο δωμάτιό σας ή «βρέχει» το κρεβάτι του, μιμείται συμπεριφορές του βρέφους, κατουριέται, μιλάει και κλαίει σαν μωρό. Σε ακραίες περιπτώσεις, μπορεί να αρχίσει να αρρωσταίνει συχνά και να γίνει ξαφνικά φιλάσθενο.

### **3.3 ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΘΕΤΙΚΑ ΤΗ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ**

Σύμφωνα με τον Goleman (1998): «ο τρόπος συμπεριφοράς των γονιών στα παιδιά έχει βαθιά και διαρκή επίδραση στη συναισθηματική ζωή του παιδιού. Οι γονείς με υψηλή συναισθηματική νοημοσύνη επηρεάζουν ευεργετικά το παιδί. Το παιδί γίνεται αποδέκτης των συναισθηματικών αλληλεπιδράσεων στην οικογένεια» (σελ. 268).

Σύμφωνα με το Λανιάντο, οι Dinkmeyer & Mckay αναφέρουν ότι η κατανόηση από το γονιό του κοινωνικού πλαισίου μέσα στο οποίο εκδηλώνεται η συγκίνηση και το συναίσθημα, ειδικά σε επεισόδια συγκινησιακών εκρήξεων συμβάλλει θετικά .

Ειδικότερα, για να αναπτυχθεί υγιής ασφαλής σχέση μεταξύ μητέρας-παιδιού θα πρέπει πέρα από την φροντίδα, την περιποίηση και την ικανοποίηση των αναγκών του να υπάρχει η συναισθηματική επαφή και αγάπη της μητρικής στοργής.

Φαίνεται ότι δεν παίζει σπουδαίο ρόλο η ποιότητα της σχέσης της μητέρας με το παιδί αλλά η ποιότητα αυτής της αλληλεπίδρασης. Από τη στιγμή που στο οικογενειακό περιβάλλον υπάρχει τρυφερότητα και κυρίως συναισθηματική επικοινωνία, αυτά αποτελούν εχέγγυα μιας καλής και υγιούς σχέσης. Η διασφάλιση ενός περιβάλλοντος σταθερότητας και ομαλών διαπροσωπικών σχέσεων χωρίς συναισθηματικά “τραντάγματα” αποτελεί προϋπόθεση συναισθηματικής ωριμότητας και υγιούς συναισθηματικής ωρίμανσης. Κάτι τέτοιο έχει παρατηρηθεί σε έρευνες που έχουν γίνει σε



βρέφη που έχουν μεγαλώσει σε ιδρύματα με πολλούς τροφούς ή σε βρέφη που έχουν στερηθεί τους γονείς τους.

Η συγκινησιακή ωριμότητα είναι σχετική, ασταθής και ευμετάβλητη. Έχει διακυμάνσεις και εξαρτάται από την περίπτωση. Σύμφωνα παλι με το Λανιάντο, οι Dinkmeyer & McKay αναφέρουν ότι, οι ακόλουθες προϋποθέσεις την διευκολύνουν: δημοκρατικότητα, ελεύθερη έκφραση συναισθημάτων, ετοιμότητα απέναντι στις νέες εμπειρίες και κλίμα αμοιβαίου σεβασμού.

Ένας από τους παράγοντες που δρουν θετικά στην συναισθηματική ανάπτυξη του παιδιού είναι η φοίτηση 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. Οποσδήποτε η γενικότερη συμπεριφορά, στάση, προσωπικότητα, σχέση, συνεργασία, επαφή που έχουν οι νηπιαγωγοί με τα παιδιά στην τάξη παίζει σπουδαίο ρόλο.

Σύμφωνα με την Καλαντζή-Αζίζι & Μπεζεβέγκης, αναφέρουν πως βρέφη που μεγαλώνουν και με τους δύο γονείς παρουσιάζουν πιο ικανή κοινωνική και συναισθηματική συμπεριφορά. Έχουν καλύτερη κοινωνικο-συναισθηματική ανάπτυξη από αυτά που αναπτύσσουν δεσμούς μόνο με τον έναν γονέα. Ο ρόλος του πατέρα εξακολουθεί να είναι σημαντικός και μετά την βρεφική ηλικία. Ο πατέρας χρησιμοποιώντας αρχικά φυσικά παιχνίδια όπως τέντωμα, τίναγμα, και αργότερα αναλαμβάνοντας ρόλο συμπαίκτη συμβάλλει στην ομαλή συναισθηματική ανάπτυξη του παιδιού, δίνοντας με την εκπαίδευση και την καθοδήγηση τα όρια και τους κανόνες για την κοινωνικοποίησή τους.

Οι σχέσεις με τα υπόλοιπα μέλη της οικογένειας και συγκεκριμένα τα αδέρφια παίζει σημαντικό ρόλο. Φαίνεται να διαθέτουν διπλάσιο χρόνο να έρχονται σε επαφή με τα αδέρφια παρά με τους γονείς τους.

Επιπρόσθετα αρκετές έρευνες έδειξαν ότι η διασφάλιση ενός σταθερού και ήρεμου οικογενειακού περιβάλλοντος, εγγυάται και προστατεύει από τη δημιουργία και έκφραση αρνητικών συναισθημάτων όπως της ζήλιας και αυτό

γιατί το παιδί που αισθάνεται σίγουρο και ασφαλές δεν αναπτύσσει ζήλια προς τα αδέρφια ή τους συνομηλίκους τους.

Η συγκινησιακή ωριμότητα είναι σχετική, ασταθής και ευμετάβλητη. Έχει διακυμάνσεις και εξαρτάται από την περίπτωση. Σύμφωνα παλι με το Λανιάντο, οι Dinkmeyer & McKay αναφέρουν ότι , οι ακόλουθες προϋποθέσεις την διευκολύνουν: δημοκρατικότητα, ελεύθερη έκφραση συναισθημάτων, ετοιμότητα απέναντι στις νέες εμπειρίες και κλίμα αμοιβαίου σεβασμού.

Ένας από τους παράγοντες που δρουν θετικά στην συναισθηματική ανάπτυξη του παιδιού είναι η φοίτηση 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. Οποσδήποτε η γενικότερη συμπεριφορά, στάση, προσωπικότητα, σχέση, συνεργασία, επαφή που έχουν οι νηπιαγωγοί με τα παιδιά στην τάξη παίζει σπουδαίο ρόλο.

Σύμφωνα με την Καλαντζή-Αζίζι & Μπεζεβέγκης, αναφέρουν πως βρέφη που μεγαλώνουν και με τους δύο γονείς παρουσιάζουν πιο ικανή κοινωνική και συναισθηματική συμπεριφορά. Έχουν καλύτερη κοινωνικο-συναισθηματική ανάπτυξη από αυτά που αναπτύσσουν δεσμούς μόνο με τον έναν γονέα. Ο ρόλος του πατέρα εξακολουθεί να είναι σημαντικός και μετά την βρεφική ηλικία. Ο πατέρας χρησιμοποιώντας αρχικά φυσικά παιχνίδια όπως τέντωμα, τίναγμα, και αργότερα αναλαμβάνοντας ρόλο συμπαίκτη συμβάλλει στην ομαλή συναισθηματική ανάπτυξη του παιδιού, δίνοντας με την εκπαίδευση και την καθοδήγηση τα όρια και τους κανόνες για την κοινωνικοποίησή τους.

Οι σχέσεις με τα υπόλοιπα μέλη της οικογένειας και συγκεκριμένα τα αδέρφια παίζει σημαντικό ρόλο. Φαίνεται να διαθέτουν διπλάσιο χρόνο να έρχονται σε επαφή με τα αδέρφια παρά με τους γονείς τους. Τα συναισθήματα που αναπτύσσονται είναι ανάμεικτα και αμοιβαία αυτό οφείλεται στις κοινές εμπειρίες και τα βιώματα. Εκεί βρίσκουν ασφάλεια και σιγουριά . Πέρα από τις καλές σχέσεις με τα αδέρφια τους αλλά και η ανάπτυξη καλών σχέσεων με τα

υπόλοιπα παιδιά που συναναστρέφονται επιδρά στην συναισθηματική τους ανάπτυξη. (Κακαβούλης,1997). Αυτές οι συναναστροφές όμως ενέχουν πολλές φορές και την ανάπτυξη συναισθημάτων όπως της ζήλιας που έως ένα βαθμό θεωρείται φυσιολογικό και θεμιτό. Όταν όμως υπερβαίνει τα όρια τότε χρήζει ιδιαίτερης προσοχής. Θα χρειαστεί να πάρουν κάποια μέτρα οι γονείς ή να απευθυνθούν σε κάποιο ειδικό/κοινωνικό λειτουργό.

Η θετική συναισθηματική αλληλεπίδραση παρατηρείται στην ευχάριστη επαφή με τα άλλα παιδιά και οδηγεί στην μεγαλύτερη οικειότητα, συντροφικότητα μεταξύ συνομήλικων παιδιών. Στην προσχολική περίοδο οι σχέσεις με άλλα παιδιά διευρύνονται μπορεί να παρατηρηθεί, διαφορετική συναισθηματική σχέση και συμπεριφορά σε διαφορετικούς συνομηλίκους. Σ' αυτήν την ηλικία τείνουν να μιμούνται τις συμπεριφορές των συνομήλικων παιδιών τους και ενισχύουν τη βοήθεια σε άλλους χρησιμοποιώντας, το γέλιο, τον έπαινο, τη φροντίδα. Πολλές φορές μιμούνται τους άλλους για να έχουν την αποδοχή της ομάδας ή να κάνουν φίλους .

### **3.4 ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΑΡΝΗΤΙΚΑ ΤΗ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ**

Η κακομεταχείριση και η παραμέληση Denham, (1998) διαμορφώνει συναισθηματικά ασταθή παιδιά τα οποία επιδεικνύουν συναισθήματα ντροπής, αγωνίας και κατάθλιψης. Δυσκολεύονται να κατανοήσουν τα συναισθήματα των άλλων, αντιδρούν με οργισμένη επιθετικότητα ή θλιμμένη απόσυρση στη θλίψη των συνομηλίκων. Παιδιά που τυγχάνουν σωματικής κακοποίησης ή παραμέλησης παρουσιάζουν συμπτώματα μη ομαλής συναισθηματικής και κοινωνικής ανάπτυξης. Τυχόν συναισθηματική διαταραχή των γονιών διαταράσσει την τυπική πορεία της συναισθηματικής ανάπτυξης του παιδιού.

Συνήθης περίπτωση είναι η καταθλιπτική μητέρα. Έτσι διαμορφώνεται ένα συναισθηματικό περιβάλλον όπου επικρατεί η θλίψη, η απελπισία και η απόγνωση.

Άλλος παράγοντας είναι οι διαταραχές διασπαστικής συμπεριφοράς του παιδιού (disruptive behavior disorder): Οι διαταραχές περιλαμβάνουν την αντιθετική διαταραχή και τη διαταραχή συμπεριφοράς (oppositional defiant και conduct disorder αντίστοιχα).

Η συναισθηματική εκφραστικότητα, οι αντιδράσεις στα συναισθήματα των άλλων, η διαχείριση των ατομικών συναισθημάτων είναι ανώμαλη. Από αυτά τα παιδιά απουσιάζει το ενδιαφέρον για τα συναισθήματα των άλλων, η μεταμέλεια ή η ενοχή, επιρρίπτουν τις ευθύνες στους άλλους, ευερεθιστότητα, ξεσπάσματα θυμού, χαμηλός βαθμός ανοχής στην απογοήτευση και τη ματαίωση με συννοσηρότητα κατάθλιψης και αγχώδους διαταραχής. Πολλά παιδιά που προέρχονται από βεβαρημένο οικογενειακό περιβάλλον, που έχουν πληγεί από διαζύγια, παραμέληση, φτώχεια, βρίσκονται σε καθεστώς συναισθηματικής αποστέρησης, με αποτέλεσμα να μην καλύπτονται οι συναισθηματικές τους ανάγκες. Ένα διαζύγιο που έληξε μετά από έντονες και βίαιες συγκρούσεις των γονιών, επηρεάζει το παιδί που βιώνει το σπάσιμο του συναισθηματικού δεσμού με το γονέα που φεύγει. Το άγχος του αποχωρισμού, τα συναισθήματα της απώλειας, του θρήνου και του θυμού είναι τόσο έντονα παρόμοια με αυτά που παρατηρούνται μετά τον θάνατο γονιού, αφού οι γονείς δεν μπορούν να ανταποκριθούν στις συναισθηματικές ανάγκες των παιδιών τους λόγω των δικαστικών αγώνων.

Όλα τα παραπάνω προβλήματα και οι συναισθηματικές καταστάσεις που βιώνουν τα παιδιά αυτά τα επιβαρύνουν και εντείνουν προβλήματα καθώς και το συναίσθημα της ζήλιας. Έτσι καταλήγουν να συμπεριφέρονται επιθετικά και έντονα ενώ αρκετές φορές φτάνουν σε ακραίες καταστάσεις.

Σύμφωνα με τον Λανιάντο (2003) ο Gottman ανέφερε ότι σε αυτές τις περιπτώσεις, το σχολείο μετατρέπεται σε νησίδα συναισθηματικής προστασίας, αδυνατώντας όμως να ανταποκριθεί επιτυχώς στο ρόλο αυτό, λόγω της υποχρηματοδότησης του. Οι Dinkmeyer & McKay αναφέρουν ότι ο οίκτος έχει καταστροφικές συνέπειες στο παιδί. Του μαθαίνουμε να υιοθετεί την ταυτότητα του αδύναμου, του δειλού, του φυγόπονου, ενώ οφείλουμε να του διδάξουμε να αντιμετωπίζει τις απογοητεύσεις σαν μέρος της ζωής.

Ο Gottman επίσης προσθέτει ότι έχουμε κληρονομήσει μια παράδοση υποτίμησης των συναισθημάτων των παιδιών, με αποτέλεσμα τα παιδιά να χάνουν την εμπιστοσύνη στον εαυτό τους και σε εμάς. Οι Dinkmeyer & McKay

τον ίδιο χρόνο παρατηρούν σχετικά ότι συχνά το παιδί κάνει αρνητική χρήση των συγκινήσεων για να επισύρει την προσοχή, να ελέγξει καταστάσεις, να εκδικηθεί ή για να δικαιολογήσει την παθητικότητα του. Η συνδιαλλαγή μεταξύ γονιού και παιδιού εμπεριέχει ποικίλες συγκινήσεις. Όμως συχνά οι γονείς αγνοούν το συναίσθημα, δεν το ακούν. Οι γονείς συχνά είναι κακοί ακροατές του συναισθήματος που εκφράζει το παιδί και αυτό συμβάλλει αρνητικά στη συναισθηματική του ανάπτυξη.

Προκειμένου να αναπτυχθεί συναισθηματικά ένα παιδί θα πρέπει να βιώνει ένα ήρεμο και ασφαλές οικογενειακό περιβάλλον. Οι γονείς θα πρέπει ιδανικά να συνυπάρχουν και να υπάρχει επικοινωνία μεταξύ τους και μεταξύ όλων των μελών μιας οικογένειας. Μόνο τότε θα μπορέσουν να αμβλύνουν το συναίσθημα της ζήλιας και να αισθανθούν σίγουρα και ασφαλή για να αναπτυχθούν συναισθηματικά με υγιή τρόπο. Αντίθετα, ένα διαταραγμένο οικογενειακό περιβάλλον θα επηρεάσει την ψυχοσύνθεσή του. Οι εντάσεις και οι συνεχείς καβγάδες μπορεί να επηρεάσουν αρνητικά την ανάπτυξη του παιδιού ενώ η αντιμετώπιση δυσμενών και δυσάρεστων καταστάσεων (όπως για παράδειγμα η αντιμετώπιση μιας σοβαρής αρρώστιας σε κάποιο μέλος της οικογένειας) μπορεί να επηρεάσει ολόκληρη την οικογένεια σε συναισθηματικό επίπεδο.

Παιδιά με χρόνιες ασθένειες ή διάγνωση σοβαρής πάθησης παρουσιάζουν συναισθηματικές αναταραχές τα ίδια και η οικογένειά τους. Οι ψυχολογικές επιπτώσεις σε γονείς και παιδιά που πάσχουν από χρόνιες ασθένειες επιδεινώνεται με την συχνή εισαγωγή και παρακολούθησή τους σε ιατρικά κέντρα και νοσοκομεία. Οι αποχωρισμοί από τους γονείς κατά την διάρκεια παραμονής του στο νοσοκομείο έχει ψυχολογικές επιπτώσεις στο παιδί (Τσιάντης, 1988).

Αφού πολλές φορές οι γονείς φέρονται υπερπροστατευτικά προς τα παιδιά τους με αποτέλεσμα να μένουν εξαρτημένα από τους γονείς τους και να μην αποκτούν μια ομαλή κοινωνική ζωή με φίλους και παρέες. Επιπλέον οι συναισθηματικές καταστάσεις μετά από περιπτώσεις υιοθεσίας τόσο για το ίδιο το παιδί όσο και για τους γονείς που βιώνουν συναισθήματα της αδυναμίας τους, ματαίωση της ναρκισσιστικής τους επιθυμίας και συνέχιση του εαυτού τους μέσα από ένα δικό τους παιδί.

Είναι ένα κομμάτι που επηρεάζει την συναισθηματική τους ανάπτυξη

## **4. ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ ΩΣ ΦΟΡΕΙΣ ΠΟΥ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΤΗΝ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΗΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗΣ**

### **4.1 ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ ΩΣ ΦΟΡΕΙΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΜΑΘΗΣΗΣ - ΑΓΩΓΗΣ**

Σύμφωνα με την οπτική του Denham (1998) οι αντιδράσεις των γονιών σε όλους τους τομείς της ζωής του παιδιού και ιδιαίτερα απέναντι στην επιτυχία και την αποτυχία θέτουν σε μεγάλο βαθμό τα θεμέλια της κοινωνικοποίησης του παιδιού και διαμορφώνουν νοήματα. Εδραιώνουν κανονιστικά πρότυπα και συμβάλλουν στη διευκόλυνση της ερμηνείας συναισθηματικών καταστάσεων. Η επιβράβευση των κατορθωμάτων του παιδιού ερμηνεύεται θετικά από αυτό και αποτελεί τον τρόπο που θα μπορέσει να αποτινάξει συναισθήματα αρνητικά και να αισθανθεί σίγουρος και βέβαιος για τον εαυτό του. Η ζήλια αποτελεί ένα από εκείνα τα συναισθήματα που όταν αποδοκιμάζεται μπορεί και να μεγαλώνει ενώ όταν υπάρχει αδιαφορία πολλές φορές αμβλύνεται.

Ο Sroufe το 1993 ασχολείται με τη σχέση γονιού-βρέφους και τη θεωρεί πρωταρχικής σημασίας. Η παρουσία ή η απουσία του γονιού λειτουργεί ως καταλύτης για τις συναισθηματικές αντιδράσεις του βρέφους, καθώς και για την αντιμετώπιση του ξένου. Δρα μεσολαβητικά μεταξύ βρέφους και περιβάλλοντος, ελέγχοντας την ένταση του ηδονικού τόνου και της εσωτερικής διέγερσης, έτσι ώστε να μην υπερβαίνουν τα ανεκτά όρια. Σε περίπτωση υπερβάσεων ο γονιός παρηγορεί και εξισορροπεί και παρεμβαίνει για να αποκλιμακώσει την ένταση και να σταθεροποιήσει τη συμπεριφορική οργάνωση του βρέφους. Μέσα από την οικεία, σταθερή και αξιόπιστη φιγούρα του, ο γονιός ενισχύει το απόθεμα των κοινών θετικών συναισθημάτων και γίνεται θεματοφύλακας τους.

Ο Sroufe (1993) παρακάτω αναφέρει ότι είναι πολύ σημαντικός ο ρόλος του γονιού στα πρώιμα στάδια της ρύθμισης της εσωτερικής διέγερσης και του συναισθήματος. Έτσι συναντά κανείς συχνά στη βιβλιογραφία τους όρους 'αμοιβαία ρύθμιση' ή 'συνρύθμιση'. Ο γονιός κατευθύνει την

αμοιβαιότητα και τη δυαδική ρύθμιση, την οποία βιώνει το βρέφος εκ των υστέρων .

Ο ρόλος των γονιών στην παιδική ηλικία είναι σπουδαίος και καθοριστικός για την αγωγή και συναισθηματική ανάπτυξη του ενώ αντίθετα στην εφηβεία, όπου πρόκειται για μια περίοδο “επανάστασης” για τα περισσότερα παιδιά, το συναισθηματικό δέσιμο με τους γονείς γίνεται χαλαρό γιατί τα παιδιά επιθυμούν και επιδιώκουν να αναπτύξουν τη δική τους αυτόνομη προσωπικότητα επηρεαζόμενοι πολύ από τους φίλους τους και τους συνομηλίκους τους. Οι έφηβοι θέλουν να λαμβάνουν αποφάσεις οι ίδιοι για τη ζωή τους και είναι πρόθυμοι να τις ακολουθήσουν και να ακολουθήσουν τα όνειρά τους. Οι σχέσεις με τους γονείς αλλάζουν και εμφανίζονται οι εσωτερικές συγκρούσεις. Η οικογένεια δρα στην διαμόρφωση της προσωπικότητας και της αυτογνωσίας του παιδιού. Η αποδοχή και το ενδιαφέρον για τα επιτεύγματά του παιδιού διαμορφώνουν τον συναισθηματικό του κόσμο.

Η ύπαρξη θετικής ανατροφοδότησης από την πλευρά των γονιών και η αναγνώριση των επιτυχιών ή της προσπάθειας που καταβάλει το παιδί είναι πολύτιμη. Ο ρόλος του γονέα στην συναισθηματική ανάπτυξη του παιδιού ξεκινά από τα πρώτα χρόνια της ζωής του. Υπάρχουν πολλά είδη διαπαιδαγώγησης που καλούνται οι γονείς να επιλέξουν βάση των χαρακτήρα τους.

## **4.2 Η ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΔΙΑΠΑΙΔΑΓΩΓΗΣΗ**

Οι γονείς που εφαρμόζουν τη συναισθηματική αγωγή σέβονται τα συναισθήματα του παιδιού τους και είναι ευαίσθητοι στην εκάστοτε συναισθηματική κατάσταση του. Αναγνωρίζουν τα συναισθήματά τους όπως και αυτό της ζήλιας και σεβόμενοι την ιδιοσυγκρασία του προσπαθούν να το βοηθήσουν και να το μετατρέψουν σε θετικό. Χωρίς υπερβολή και με σύνεση και σεβασμό στα παιδιά τους, προσπαθούν να διαχειριστούν τη ζήλια με τον καλύτερο δυνατό τρόπο. Λαμβάνουν σοβαρά υπόψη τα αρνητικά συναισθήματα του παιδιού τους και αφιερώνουν χρόνο σε ένα λυπημένο, θυμωμένο ή φοβισμένο παιδί. Δεν αισθάνονται σύγχυση ή άγχος όταν

αντιμετωπίζουν την έκφραση των συναισθημάτων του παιδιού τους (Τριλίβα, & Chimienti, 2002).

Ο Gottman το 2000 αναφέρει ότι τα παιδιά γνωρίζουν τι πρέπει να κάνουν και αξιοποιούν αυτές τις στιγμές έκφρασης των συναισθημάτων για να ακούσουν το παιδί τους, να το βοηθήσουν, να του προσφέρουν καθοδήγηση και να το διδάξουν δεξιότητες επίλυσης των προβλημάτων.

Έτσι σύμφωνα με τον ίδιο: «τα παιδιά μαθαίνουν να εμπιστεύονται και να χειρίζονται τα συναισθήματά τους, αλλά και να λύνουν τα προβλήματά τους. Αποκτούν μεγαλύτερη αυτοεκτίμηση, αναπτύσσουν σημαντικές ικανότητες μάθησης και έχουν καλές σχέσεις με τους άλλους» (σελ. 66).

Συνεχίζοντας με τη θεώρησή του αναφέρει ότι : «Οι γονείς που ανήκουν σ αυτή την κατηγορία μπορούν να χαρακτηριστούν, ορισμένοι από αυτούς, και μέντορες των παιδιών τους. Οι συναισθηματικοί λοιπόν μέντορες, όπως είναι και ο ρόλος του μέντορα, είναι αποτελεσματικοί και ενεργοί ακροατές, είναι ευαίσθητοι στα μηνύματα του παιδιού, προσφέρουν καθοδήγηση, δεν προσφέρουν έτοιμες λύσεις αλλά διεξόδους και τρόπους καθοδήγησης της σκέψης για την καλύτερη δυνατή απόφαση» (σελ.65-66).

Οι γονείς λοιπόν, είναι οδηγοί των παιδιών όσον αφορά τα συναισθήματά τους. Έτσι λοιπόν ακούν τα παιδιά τους και τα καθοδηγούν όταν παρατηρούν ότι η ζήλια προς τα αδέρφια ή τους συνομηλικούς προσπαθώντας σαν καλοί μέντορες, να μην τα δώσουν έτοιμες λύσεις αλλά να τα δείξουν τον τρόπο που θα μπορέσουν να το ξεπεράσουν και να το βιώσουν όσο πιο ανώδυνα γίνεται.

Τονίζουν τη σημασία και τη σπουδαιότητα όλων των συναισθημάτων ενώ αποκαλύπτουν και οι ίδιοι τα δικά τους συναισθήματα. Με τη στάση τους αυτή αμβλύνονται οι τριβές και οι συγκρούσεις σύμφωνα με τον Gottman (2002) συνεχίζοντας αναφέρει ότι «Οι συναισθηματικοί μέντορες βοηθούν τα παιδιά να κατονομάσουν τα συναισθήματα τους, επιτρέπουν σ' αυτά να βιώνουν τα συναισθήματα τους, να δείχνουν σεβασμό, αλλά και να θέτουν και όρια» (σελ.32-33).

#### **4.3 Η ΑΠΟΣΤΑΣΙΟΠΟΙΗΜΕΝΗ ΔΙΑΠΑΙΔΑΓΩΓΗΣΗ**



Οι αποστασιοποιημένοι γονείς σύμφωνα με τον Gottman (2000) χρησιμοποιούν περισπασμούς για να αναστείλουν τα συναισθήματα του παιδιού, γελοιοποιούν τα συναισθήματα, τα χαρακτηρίζουν ως παράλογα και ασήμαντα, φοβούνται για την απώλεια του συναισθηματικού ελέγχου, νιώθουν αβεβαιότητα και ανασφάλεια, υποβαθμίζουν τα γεγονότα, αποφεύγουν και παραβλέπουν τα συναισθήματα των παιδιών τους, μεταθέτουν τη λύση του προβλήματος στο μέλλον. «Οι γονείς αυτοί συχνά είναι παιδιά ψυχαναγκαστικών ή αδιάφορων γονέων» (σελ. 62-63).

Αισθάνονται άβολα, πιέζονται, ενοχλούνται και φοβούνται μήπως χάσουν το συναισθηματικό έλεγχο. Πιστεύουν ότι τα αρνητικά συναισθήματα θα έχουν αρνητικό αποτέλεσμα και έτσι δεν προσπαθούν να λύσουν το πρόβλημα του παιδιού τους αλλά περιμένουν το χρόνο να το κάνει.

Έτσι λοιπόν παραμένουν αμέτοχοι στο θέμα της ζήλιας των παιδιών τους και απλά αδιαφορούν πιστεύοντας ότι θα λυθεί, από μόνο του, χωρίς να χρειαστεί η παρέμβαση ή οι ενέργειές τους. Τα παιδιά δεν αντιλαμβάνονται την κανονικότητα του συναισθήματος της ζήλιας κάτι που δεν είναι καλό για τα ίδια αλλά και για το ευρύτερο περιβάλλον τους.. Έτσι: «τα παιδιά μαθαίνουν ότι τα συναισθήματά τους είναι λανθασμένα, ακατάλληλα, δίχως αξία. Μπορεί να καταλήξουν να πιστεύουν ότι από τη φύση τους κάτι δεν πάει καλά μόνο και μόνο επειδή νιώθουν έτσι. Είναι πιθανό να αντιμετωπίσουν δυσκολίες στο χειρισμό των συναισθημάτων του» (σελ. 64).

#### **4.4 Η ΕΠΙΚΡΙΤΙΚΗ-ΑΠΟΔΟΚΙΜΑΣΤΙΚΗ ΔΙΑΠΑΙΔΑΓΩΓΗΣΗ**

Οι αυστηροί και επικριτικοί γονείς, σύμφωνα με τον Κρασανάκη (1991), είναι εκείνοι οι οποίοι δεν είναι ήπιοι στις κρίσεις τους για την συμπεριφορά των άλλων και ιδιαίτερα των παιδιών τους. επικρίνουν και αποδοκιμάζουν τη συναισθηματική έκφρασή τους . Δίνουν έμφαση στη συμμόρφωση του παιδιού με τα πρότυπα που κυριαρχούν στην κοινωνία. Έτσι τους χαρακτηρίζει άγχος για την εικόνα που θέλουν να δείχνει η οικογένειά τους. Όλα αυτά τα αισθήματα προσπαθούν να τα κρύψουν πίσω από την αυστηρότητά τους. Αν.μένουν πάντα την τέλεια συμπεριφορά και την πρωτιά σε όλους τους τομείς της κοινωνικής ζωής στους οποίους επιδίδονται τα παιδιά .

Σύμφωνα με τον ίδιο συγγραφέα, για να πετύχουν τους παραπάνω στόχους, είναι πολλές φορές αμείλικτοι στις τιμωρίες, περιορίζοντας τις ελευθερίες των παιδιών, θέλουν να χαράζουν και να διαμορφώνουν την πορεία στις οποιοσδήποτε επιλογές των παιδιών και γενικά, γίνονται απαιτητικοί, υπερβολικοί και ανυποχώρητοι. Επιπλήτουν, πειθαρχούν ή τιμωρούν το παιδί τους για την έκφραση των συναισθημάτων του. Παλιότερα, η αυστηρότητα των γονιών, ήταν συνυφασμένη κυρίως με τη σωματική βία. Τα τελευταία χρόνια, έχει περιοριστεί η σωματική βία αλλά ασκείται κυρίως η ψυχολογική πίεση. Το παραπάνω δεν ευνοεί τη διαχείριση της ζήλιας για όλα τα εμπλεκόμενα μέρη. Ο φόβος γενικότερα και οι επιπλήξεις σε μια μικρή ηλικία, και δη στην προσχολική, αποτελεί κακό σύμβουλο και για πολλούς μια μη επιτρεπτή μορφή συναισθηματικής αγωγής.

Ο Gottman (2000), αντίστοιχα αναφέρει ότι οι γονείς αυτοί ενδιαφέρονται κυρίως για την υπακοή του παιδιού στην εξουσία και έτσι συγκρούονται πολλές φορές με τα παιδιά τους ως επίδειξη ισχύος. Με βάση τα παραπάνω τα παιδιά μαθαίνουν ότι τα συναισθήματά τους είναι λανθασμένα δίχως αξία με αποτέλεσμα στο μέλλον πιθανότατα να αντιμετωπίσουν δυσκολίες στον χειρισμό των συναισθημάτων τους (όπως γίνεται και στην αποστασιοποιημένη διαπαιδαγώγηση).

#### **4.5 Η ΕΠΙΤΡΕΠΤΙΚΗ-ΠΑΡΑΧΩΡΗΤΙΚΗ ΔΙΑΠΑΙΔΑΓΩΓΗΣΗ**

Για τον Gottman (2000) οι παραχωρητικοί ή επιτρεπτικοί γονείς παρηγορούν το παιδί που βιώνει αρνητικά συναισθήματα, δεν προσπαθούν να επιλύσουν το πρόβλημα ή να διδάξουν στο παιδί πώς να προσεγγίζει και να διαχειρίζεται τα συναισθήματα του. Επιτρέπουν χωρίς να προσφέρουν καθοδήγηση και αποδέχονται ελεύθερα την οποιαδήποτε συμπεριφορά του παιδιού τους. Είναι ήπιοι και συγκαταβατικοί στις κρίσεις τους. Είναι μπερδεμένοι, δυσκολεύονται να απεγκλωβιστούν από την υπερβολική αγάπη προς τα παιδιά τους

Με παρόμοιο σκεπτικό ο Goleman «οι παραχωρητικοί γονείς καταβάλλουν προσπάθειες να κατευνάσουν και να απαλύνουν τα αρνητικά συναισθήματα του παιδιού» (σελ. 269).

Για τον Κρασανάκη (1991) οι παραπάνω γονείς συγχωρούν εύκολα τα παιδιά τους, όταν σφάλουν και προσπαθούν να τα καταλαβαίνουν και να έχουν καλή επαφή μαζί τους. Αυτού του είδους οι γονείς έχουν δώσει την εντύπωση στα παιδιά τους ότι ζουν σε ένα τέλειο και ονειρικό κόσμο, όπου όλα μπορούν να συγχωρεθούν. Γι' αυτό κι έχουν χαρακτηριστεί αρνητικά από τους ψυχολόγους, γιατί παραχαϊδεύοντας τα παιδιά, τα βλάπτουν αντί να τα ωφελούν. Έτσι και όσον αφορά το συναίσθημα της ζήλιας, τα παιδιά κυρίως δεν μπορούν να το αντιληφθούν και να μπορέσουν οι γονείς αυτοί να το διαχειριστούν με σωστό τρόπο. Η μεγάλη επιείκεια που δείχνουν στα παιδιά τους τους κάνει τελικά κακό παρά τα βοηθά.

Με αυτό τον τρόπο αναφέρει ο Gottman το 2000 «τα παιδιά δεν μαθαίνουν να χειρίζονται τα συναισθήματά τους, δυσκολεύονται να συγκεντρωθούν, να κάνουν φίλους και να τα πάνε καλά με συνομηλίκους» (σελ.65).

#### **4.6 ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΚΗ ΔΙΑΠΑΙΔΑΓΩΓΗΣΗ**

Ο Διαμαντόπουλος (1995) αναφέρει ότι οι γονείς αυτοί ενθαρρύνουν τα παιδιά τους να είναι αυτόνομα. Δείχνουν σεβασμό στην ατομικότητα των παιδιών, αναγνωρίζουν τα δικαιώματά τους και εκτιμούν τις προτιμήσεις και τα ενδιαφέροντά τους. Εμπιστεύονται τα παιδιά τους και τους παρέχουν πρωτοβουλίες. Οι δημοκρατικοί γονείς ασκούν αυτοκριτική για τις δικές τους συμπεριφορές με σκοπό την αυτοβελτίωσή τους. Όταν θελήσουν να ασκήσουν έλεγχο στο παιδί τους, το κάνουν με αγάπη και στοργή.

#### **4.7 ΑΠΟΥΣΑ ΔΙΑΠΑΙΔΑΓΩΓΗΣΗ**

Ο Κρασανάκης το 1991 γράφει ότι απόντες γονείς είναι εκείνοι που δεν συμμετέχουν στις υποχρεώσεις τους προς την οικογένεια και τα παιδιά.

Δεν μπορούν να ανταποκριθούν σωστά στα καθήκοντά τους. Αντιμετωπίζουν τα δικά τους προβλήματα ή δεν έχουν διάθεση να ασχοληθούν με τίποτα ούτε και με την αγωγή των παιδιών τους. Αρκούνται στην παροχή υλικών αγαθών και τα παιδιά παίρνουν αρνητικά μηνύματα για τη στάση που θα κρατήσουν στα δικά τους παιδιά. Τα παιδιά αυτών των γονιών βιώνουν συγκρούσεις, αντιθέσεις και κυρίως απομόνωση.

Συνοψίζοντας, βλέπουμε ότι παρατηρούνται διάφοροι τύποι γονέων και κατά συνέπεια διάφοροι τύποι διαπαιδαγώγησης. Αυτό είναι φυσικό αφού όλοι οι γονείς δεν αντιμετωπίζουν τα παιδιά τους με τον ίδιο τρόπο. Αντιμετωπίζουν τα προβλήματα και τις καταστάσεις που βιώνουν τα παιδιά τους διαφορετικά ανάλογα με την προσωπικότητα, τα δικά τους προσωπικά βιώματα, τη μόρφωση, την κοινωνική τους θέση και άλλους κοινωνικούς και ατομικούς παράγοντες. Ο κάθε γονιός λοιπόν, διαμορφώνει το δικό του πρότυπο διαπαιδαγώγησης και το προσαρμόζει ανάλογα και με το χαρακτήρα και την προσωπικότητα του παιδιού. Όποιοι και όσοι κανόνες κι αν υπάρξουν ή γράφουν σε βιβλία για τον τρόπο που πρέπει να διαπαιδαγωγούν οι γονείς τα παιδιά τους, η κάθε μητέρα και ο κάθε πατέρας θα σταθεί με μοναδικό και ανεπανάληπτο τρόπο στις διάφορες στιγμές της ανάπτυξης του παιδιού. Όσο πιο ανάλογα με τον τρόπο που κάθε γονέας διαπαιδαγωγεί συναισθηματικά το παιδί του, αυτό επηρεάζει και τον τρόπο που αντιμετωπίζεται η ζήλια κυρίως στην προσχολική ηλικία που παρατηρείται ιδιαίτερα έντονη. Οι διάφοροι τύποι αγωγής που μεγαλώνουν οι γονείς το παιδί τους έχει άμεσο αντίκτυπο στον τρόπο που διαχειρίζονται τη ζήλια των παιδιών τους.

Αν θέλαμε πάντως να ορίσουμε ένα πρότυπο γονέα, θα λέγαμε ότι αυτός συγκεντρώνει κάποια συγκεκριμένα χαρακτηριστικά που ενδεχομένως τον κάνουν "ιδανικό". Οι γονείς αυτοί πιστεύουν ότι η μητρότητα και η πατρότητα δεν είναι ένα απλό βιολογικό γεγονός αλλά είναι κυρίως κοινωνικό και ψυχολογικό. Δεν θεωρούν τα παιδιά ως κτήμα τους, αλλά σαν ξεχωριστές προσωπικότητες και πιστεύουν ότι μπορούν να διδαχθούν από αυτά. Ο ιδανικός γονιός είναι ο φίλος για τα παιδιά, το πρότυπο, ο παιδαγωγός, ο προστάτης, ο τροφέας, αλλά κυρίως είναι αυτός που τα παιδιά μπορούν να στηριχτούν πάνω του και να υπολογίζουν στη βοήθειά του. Αγαπά και καταλαβαίνει, γνωρίζει τις ικανότητες και τις ανάγκες των παιδιών, τα οποία

δεν θέλει να τελειοποιήσει αλλά να τα βοηθήσει να μην επαναλάβουν τα ίδια λάθη.

## **5. ΤΟ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑ ΤΗΣ ΖΗΛΙΑΣ ΣΤΗΝ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ**

### **5.1 ΕΡΜΗΝΕΙΑ ΤΟΥ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΟΣ ΤΗΣ ΖΗΛΙΑΣ**

Η ζήλια (γράφεται και "ζήλεια") μπορεί να χαρακτηριστεί ως ένα συναίσθημα που εμφανίζεται, όταν ένα άτομο υστερεί απέναντι σε κάποιο άλλο, από πλευράς πλούτου, ικανοτήτων, η ταλέντου, ή επιθυμεί διακαώς κάτι που κάποιος άλλος έχει στην κατοχή του. Σ' αυτή την περίπτωση η ζήλια εκδηλώνεται ως η επιμονή του ανθρώπου, να αποκτήσει κάτι που έχει ο συνάνθρωπος του, η αν δε μπορεί να το αποκτήσει ο ίδιος, εύχεται (και συνήθως προσπαθεί να καταφέρει) να μην το έχει ούτε ο συνάνθρωπος του. Το συναίσθημα αυτό αρκετά συχνά αγγίζει τα όρια της εμμονής.

Η ψυχολογία αναφέρεται συχνά στον εγωκεντρισμό της παιδικής προσχολικής ηλικίας. Τα παιδιά δηλαδή έχουν στο επίκεντρο της σκέψης τους τον εαυτό τους, χωρίς αυτό να σημαίνει ότι είναι εγωιστές ή μη κοινωνικά όντα. Σύμφωνα με τους ειδικούς, τα παιδιά αυτής της ηλικίας αδυνατούν να συνειδητοποιήσουν οτιδήποτε ξεφεύγει από τη σφαίρα των άμεσων εμπειριών ή αντιλήψεων τους (Λανιάντο 2003).

Η ζήλια είναι συνήθως ένα αρνητικό συναίσθημα , που είναι αποτέλεσμα του ότι το παιδί βιώνει συναισθηματική στέρηση. Με άλλα λόγια είναι ένα συναίσθημα που βιώνει το παιδί όταν επιθυμεί να έχει κάτι, το οποίο κατά τη γνώμη του έχει κάποιος άλλος. Αυτός ο κάποιος άλλος μπορεί να είναι ο αδελφός ή η αδελφή. Η ζήλια προϋποθέτει ότι το παιδί αισθάνεται ότι έχει χάσει πλέον αυτό που το ανήκε και επιθυμεί να το ξανααποκτήσει και που συνήθως είναι η αγάπη, η κατανόηση και η προστασία. Το παιδί νιώθει ότι οι γονείς ή άλλα αγαπημένα πρόσωπα τα δίνουν όλα αυτά σε κάποιον άλλο ενώ θα έπρεπε να τα δίνουν μόνο σ' αυτό ή τουλάχιστον να του δίνουν τα περισσότερα. Βέβαια η αγάπη, η προστασία και η κατανόηση εκφράζονται για το μικρό παιδί με πολύ απλά πράγματα όπως ένα παιχνίδι, μια μπάλα

διαφορετικού χρώματος, ένα καινούριο ρούχο ή ακόμα ένα χαμόγελο ή μια γλυκιά ματιά.

Η ζήλια είναι ένα έντονο και επώδυνο συναίσθημα στο οποίο συνυπάρχουν πολλά στοιχεία όπως θυμός, επιθυμία δύναμης, το αίσθημα της στέρησης, η άμιλλα, η λύπη, το μίσος. Η ζήλια που ξεκινάει από νωρίς, από το δεύτερο εξάμηνο της γέννησής του, γίνεται κυρίως εμφανής στο τέλος του πρώτου έτους και συνεχίζεται σε όλη την αναπτυξιακή του πορεία. Το κάθε παιδί αμέσως μετά τη γέννησή του επιθυμεί αλλά και έχει ανάγκη την ικανοποίηση των αναγκών του, όχι μόνο βιολογικών αλλά και ψυχολογικών. Ανάλογα λοιπόν με την ανταπόκριση της μητέρας και του περιβάλλοντος, το παιδί αρχίζει να βιώνει διάφορα συναισθήματα θετικά ή αρνητικά.

Πρόκειται για μια συναισθηματική αμφιθυμία η οποία χαρακτηρίζει τη συναισθηματικότητα του ατόμου σε όλη του τη ζωή. Με αυτό τον τρόπο, η σχέση του βρέφους με τους γονείς και ιδιαίτερα με τη μητέρα έχει σαν αποτέλεσμα τη συνύπαρξη της θετικής όψης που είναι η αγάπη με στοιχεία αντιπαλότητας προς τους γονείς. Το παιδί δηλαδή είναι περισσότερο έντονα ζηλιάρικο για τα αδέρφια του στο βαθμό που αυτά αποτελούν ανταγωνιστές όσον αφορά στην αγάπη των γονιών του (Fabes, Poulin, Eisenberg, & Madden-Derdich, 2003).

Η ζήλια είναι ένα φυσιολογικό φαινόμενο που εντάσσεται στην παιδική συναισθηματικότητα. Όμως, το ότι το παιδί ζηλεύει τον αδελφό του δεν σημαίνει ότι δεν τον αγαπά. Το παιδί είναι ζηλιάρικο τόσο σε πολυμελείς όσο και σε ολιγομελείς οικογένειες. Εκείνο στο οποίο διαφέρει κατά περίπτωση είναι ο βαθμός και η ένταση του συναισθήματος που είναι ανάλογος με την ιδιοσυγκρασία του αλλά και τις ιδιαίτερες οικογενειακές συνθήκες. Χρειάζεται προσοχή γιατί αν υιοθετηθεί σαν μορφή συμπεριφοράς μέσα στην οικογένεια, θα εδραιωθεί και θα γενικευθεί σε όλες τις ανθρώπινες σχέσεις δημιουργώντας ιδιαίτερες δυσκολίες προσαρμογής του ατόμου.

Σύμφωνα με τη ψυχαναλυτική άποψη και τη νεότερη εκπρόσωπό της, τη Klein (1935) η ζήλια του μικρού παιδιού έχει τις ρίζες της στην αγάπη και στο μίσος τα οποία εγκαθιδρύονται στην παιδική ψυχή αμέσως μετά τη γέννηση. Η συναισθηματική αμφιθυμία η οποία χαρακτηρίζει γενικά την παιδική συναισθηματικότητα, εμφανίζεται από πολύ νωρίς. Η ικανοποίηση των επιθυμιών του παιδιού από τη μητέρα είναι το άμεσο και ουσιαστικό μέσο

το οποίο το απαλλάσσει από διάφορες επώδυνες γι' αυτό καταστάσεις, όπως είναι αυτές της πείνας, του μίσους, της έντασης και του φόβου, τις οποίες βιώνει.

Αυτή η διαμάχη της αγάπης και του μίσους, που αρχίζει συγχρόνως με τη θεμελίωση της σχέσης του παιδιού με τους γονείς, έχει ως αποτέλεσμα τη συνύπαρξη δίπλα στη θετική όψη και στοιχείων αντιπαλότητας προς τους γονείς, γι' αυτό το μείγμα των συναισθημάτων θα εκδηλωθεί αργότερα και στη σχέση του παιδιού με τα αδέρφια του.

Από την άλλη πλευρά, το παιδί δεν παύει να αγαπά τα αδέρφια του κι έτσι αρχίζουν να αναφύονται εκ νέου ισχυρές συγκρούσεις μεταξύ των επιθετικών τάσεων και της αγάπης, συγκρούσεις οι οποίες αρχίζουν και περικλείουν συναισθήματα ενοχών.

Σε κάθε περίπτωση, η ζήλια είναι ένα πραγματικό και φυσιολογικό ψυχικό φαινόμενο το οποίο εντάσσεται στην παιδική συναισθηματικότητα και εκδηλώνεται σχεδόν σε όλες τις περιπτώσεις. Το παιδί ζηλεύει τόσο στις ολιγομελείς όσο και στις πολυμελείς οικογένειες (Miller, Volling, B & McElwain, 2000).

.Η έκφραση της ζήλιας εκφράζει και τη γενικότερη δομή της οικογένειας που χτίζεται γύρω από επτά μεγάλους άξονες:

- τη συζυγική σχέση
- τη σχέση των γονιών με καθένα από τα παιδιά τους
- τις σχέσεις μεταξύ αδελφών
- τη σχέση της οικογένειας με τον έξω κόσμο
- τις επαγγελματικές υποχρεώσεις των γονιών
- το διαθέσιμο οικογενειακό χρόνο
- το σύστημα διαπαιδαγώγησης που υιοθετεί η οικογένεια

Οι διάφορες οικογενειακές συνθήκες και οι διαμορφούμενες, μέσα στην οικογένεια, διαπροσωπικές σχέσεις ευνοούν λιγότερο ή περισσότερο την άνθιση της ζήλιας.

Αν ο ανταγωνισμός έχει υιοθετηθεί ως μορφή συμπεριφοράς μέσα στην οικογένεια, τότε αυτή θα γενικευθεί και θα αποτελέσει γενικότερη μορφή συμπεριφοράς.



### **5.1.1 Θετική πλευρά ζήλιας**

Η ζήλια είναι απόδειξη ότι το παιδί δε θέλει να χάσει την αγάπη των γονιών του. Αν η ζήλια ξεπεραστεί με επιτυχία, τότε τα παιδιά που έχουν αδέρφια έχουν τη μεγάλη τύχη να παίρνουν από αυτά ένα από τα σπουδαιότερα μαθήματα της ανθρώπινης ύπαρξης: το να μαθαίνουν να συνυπάρχουν με άλλους, να μοιράζονται αντικείμενα και συναισθήματα, αλλά και να εξελίσσονται ελεύθερα. Μέσα από τη διαδικασία διάλυσης της ζήλιας το παιδί ωριμάζει, γίνεται πιο υπεύθυνο καθώς αναγκάζεται να ψάξει τρόπους να ξεπεράσει τη ζήλια του και βγαίνει από όλο αυτό πιο δυνατός και αυτόνομος (Καλαντζή-Αζίζι & Μπεζεβέγκης 2000).

### **5.1.2 Αρνητική πλευρά ζήλιας**

Η αρνητική πλευρά της ζήλιας έγκειται στην ανικανότητα λογικής σκέψης και συμπεριφοράς που εκδηλώνεται από το παιδί. Εκεί καταλήγει το συναίσθημα αυτό αφού, παρόμοια με άλλα συναισθήματα, μεγαλώνει και δυναμώνει και καθιστά δύσκολη έως ανέφικτη τη λογική συμπεριφορά αυτών που την αισθάνονται. Η παράλογη και αρκετές φορές βίαιη συμπεριφορά είναι το αποτέλεσμα της ζήλιας που νοιώθει ένα παιδί.

Παρόλα αυτά η ζήλια αποτελεί ένα απαραίτητο στάδιο για να φτάσει ένα παιδί στην ψυχολογική του ωρίμανση. Μέσα από την έκφρασή της θα μπορέσει να την ξεπεράσει και να εξελιχθεί συναισθηματικά.

## **5.2 Η ΖΗΛΙΑ ΑΠΟ ΦΙΛΟΣΟΦΙΚΗ ΣΚΟΠΙΑ**

Ο Μπέρτραντ Ράσελ το 1977 απεφάνθη ότι η ζήλια είναι μία από τις κυριότερες αιτίες της δυστυχίας. Είναι μια συνήθης και πλέον ατυχής πλευρά της ανθρώπινης φύσης, διότι δεν είναι μόνο αυτός που ζηλεύει δυστυχισμένος, αλλά επιθυμεί να προκαλέσει δυστυχία και στους γύρω του. Παρόλο που η Ζήλια ως συναίσθημα είναι γενικά αρνητικό, ο Ράσελ πίστευε ότι η ζήλια ήταν η κινητήριο δύναμη που έσπρωξε τους ανθρώπους προς την

Δημοκρατία, και πρέπει να ενταθεί, προκειμένου να επιτευχθεί ένα καλύτερο πολιτικό σύστημα.

Ο Αριστοτέλης στην "Ρητορική" όρισε την Ζήλια (φθόνος) ως τον πόνο που προκαλεί η τύχη των άλλων, ενώ ο Καντ όρισε τη ζήλια ως "μία απροθυμία να δει κάποιος την δική του ευημερία, επισκιάζοντας την από την ευημερία κάποιου άλλου, επειδή το πρότυπο που χρησιμοποιεί δεν έχει εγγενή σχέση με την δική του ευημερία, παρά μόνο στο πλαίσιο σύγκρισης της δικής του ευημερίας με των άλλων.

### **5.3 ΗΛΙΚΙΑ ΚΑΙ ΖΗΛΙΑ**

Το συναίσθημα της ζήλιας παρατηρείται πιο έντονο στην ηλικία των 15 μηνών. Μεγαλώνει και δυναμώνει μεταξύ 3 και 5 ετών, όπου αν κι έχει αποκτήσει αρκετή αυτονομία το παιδί, αισθάνεται ταυτόχρονα την ανάγκη να νιώθει προστατευμένο. Από 6 ετών και μετά η ζήλια υποχωρεί, επειδή τα παιδιά αρχίζουν να ανεξαρτητοποιούνται περισσότερο από τους γονείς και να δημιουργούν μια θέση για τον εαυτό τους ανάμεσα σε φίλους, δασκάλους, κτλ. Αυτό δε σημαίνει ότι από εδώ και πέρα το παιδί δε ζηλεύει, απλά οι σχέσεις εκτός οικογένειας που δημιουργεί το βοηθάνε να αντιμετωπίζει τη ζήλια. Την ώρα του θηλασμού παρατηρείται περισσότερη ζήλια. Δε χρειάζεται να το κάνετε κρυφά, διαλέξτε μια ώρα που το παιδί θα λείπει ή θα κοιμάται ή θα ασχολείται με κάτι άλλο, π.χ. ας παίξει μαζί του ο μπαμπάς (Τσιάντης, Γ., 2000).

Οι ανοιχτές πληγές που αφήνει η ζήλια εξακολουθούν να πονάνε ακόμα και μετά την ενηλικίωση. Παιδιά περισσότερο ευαίσθητα ή παιδιά που δεν έχουν βρει ένα 'μέρος' για τον εαυτό τους στο έξω κόσμο, χρειάζονται φροντίδα, προστασία και υπενθύμιση της αγάπης του γονέα, ανεξάρτητα από την ηλικία τους. Ιδανική διαφορά ηλικίας ανάμεσα στ'αδέλφια, ώστε η ζήλια να είναι λιγότερη

Οι νέες έρευνες δείχνουν ότι η ιδανική διαφορά ηλικίας είναι έξι με εφτά χρόνια. Είναι η ηλικία που

(α) μειώνεται η επιθετικότητα

(β) το παιδί είχε το χρόνο να δημιουργήσει τις προσωπικές του οικογενειακές αναμνήσεις

(γ) έχει κερδίσει την αυτονομία του και

(δ) έχει ήδη φίλους, εκτός από γονείς και έτσι έχει λιγότερο ανάγκη την παρουσία τους.

## **5.4 ΦΥΛΟ ΚΑΙ ΖΗΛΙΑ**

Όταν το φύλο είναι το ίδιο, οι ανταγωνισμοί είναι εντονότεροι στο πλαίσιο της αδελφικής σχέσης. Οι συγκρίσεις είναι πιο άμεσες σε όλους τους τομείς και αφορούν τη σχολική επίδοση, τις αθλητικές επιδόσεις, την ομορφιά, την κοινωνικότητα κ.λ.π. Ο ανταγωνισμός για την απόσπαση της προσοχής του γονιού είναι συχνά τρομακτικός (Ogelman Hulya Gulay, Serdal Seven, 2012).

Στην περίπτωση που τα αδέλφια είναι διαφορετικού φύλου, υπάρχει και η δικαιολογία ότι ο άλλος είναι όντως «διαφορετικός» και έτσι μειώνονται κάπως οι συγκρίσεις. Όμως και πάλι δε θα αποφευχθούν οι διαμάχες εξαιτίας των διαφορετικών προσανατολισμών λόγω φύλου και των διαφορετικών ενδιαφερόντων. Εδώ μεγάλο ρόλο , θα παίξουν και οι «προτιμήσεις» της μαμάς και του μπαμπά προς κάποιο από τα παιδιά τους.

## **5.5 ΣΕΙΡΑ ΓΕΝΝΗΣΗΣ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ ΣΤΗΝ ΕΝΤΑΣΗ ΤΗΣ ΖΗΛΙΑΣ**

Η ζήλια είναι ένα συναίσθημα που αφορά όλα τα παιδιά σε μια οικογένεια ανεξάρτητα τη σειρά γέννησής τους. Έτσι θα πρέπει να μοιραστεί τα πάντα με τα αδέλφια του είτε αυτό είναι υλικά αγαθά είτε συναισθήματα και προσοχή.

Όσον αφορά το πρώτο παιδί αυτό είναι που αισθάνεται να αποχωρίζεται όλα τα προνόμια που απλόχερα του προσέφεραν οι γονείς του μέχρι εκείνη τη στιγμή που θα εισβάλλει το δεύτερο παιδί. Ο δευτερότοκος, από τη μεριά του, ζηλεύει όλα αυτά που απολαμβάνει ο πρώτος ενώ το τρίτο παιδί ζηλεύει τα δυο προηγούμενα για αυτά που απήλαυσαν πριν από

εκείνον. Στην περίπτωση που υπάρχει και τρίτο παιδί, αισθάνεται ζήλεια για το πρώτο (που του λέει τι να κάνει) και ζήλια για τον τρίτο που τον θεωρεί “χαιδεμένο”. Φυσικά το ίδιο ισχύει και για τα επόμενα στη σειρά παιδιά που θα ακολουθήσουν (Haapasalo & Tremblay 1994).

Η ένταση των αντιδράσεων της ζήλιας εξαρτάται από πολλούς παράγοντες, όπως την ευφυΐα των παιδιών, τα όρια αντοχής τους στην αποστέρηση και τις σχέσεις που το καθένα έχει με τους γονείς του, καθώς και από τις αντιδράσεις των γονιών στις πρώτες εκδηλώσεις της ζήλιας του.

## **6. Η ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΤΗΣ ΖΗΛΙΑΣ ΣΤΗΝ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ ΚΑΙ ΟΙ ΤΡΟΠΟΙ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ**

### **6.1 ΛΟΓΟΙ ΕΚΔΗΛΩΣΗΣ ΤΟΥ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΟΣ ΤΗΣ ΖΗΛΙΑΣ**

Όταν αγαπάμε κάποιον φοβόμαστε μην τον χάσουμε ζηλεύουμε όποιον παρεμβαίνει στην αγάπη αυτή και είναι λογικό να θέλουμε να τον εξουδετερώσουμε. Το συναίσθημα της ζήλιας πηγάζει από τη βαθιά αγάπη του παιδιού προς τους γονείς του.

Ένας άλλος λόγος που μπορεί να κάνει ένα παιδί να ζηλεύει είναι η ανάγκη για περισσότερη προσοχή από τους γονείς.

Ως προς το βαθμό της ζήλιας, σημαντικό ρόλο παίζει η προσωπικότητα κάθε παιδιού, καθώς και το φύλο του, τουλάχιστον σε μερικές κοινωνίες. Αυτό γίνεται ιδιαίτερα εμφανές στο πρωτότοκο. Από τη στιγμή που γεννιέται ένα δεύτερο παιδί, το μεγαλύτερο πρώτο αισθάνεται να το έχουν παραμερίσει και να μην αποτελεί πλέον το κέντρο της προσοχής των γονιών του. “Αναγκάζεται” πλέον να μοιραστεί και πράγματα και συναισθήματα με το μικρότερο αδερφάκι του, γεγονός που δεν του είναι αρεστό. Νοιώθει απειλή ως προς την αγάπη των γονιών του και βιώνει έντονη ανασφάλεια. Αισθάνεται να χάνει την περίοπτη θέση που είχε μέχρι τότε. Φυσικά για όλα τα παραπάνω αισθάνεται ότι φταίει το μωρό και έτσι ζηλεύει και αντιδρά με διάφορους τρόπους. (Gottman, Katz, & Hooven 1997).

Παρ’ όλα αυτά, σε πολλές οικογένειες δεν παρατηρείται το φαινόμενο της ζήλιας του πρωτότοκου, αλλά, αντίθετα, το φαινόμενο το δεύτερο παιδί να ζηλεύει το μεγαλύτερο. Σε αυτή την περίπτωση, η ζήλια είναι συνήθως εντονότερη· αυτό μπορεί να οφείλεται στην ύπαρξη και μόνο του πρώτου παιδιού σε συνδυασμό με τη δυνατότητά του να είναι πιο αυτόνομο λόγω ηλικίας, κι αυτό ενδέχεται να δημιουργήσει στο μικρότερο ένα αίσθημα κατωτερότητας. Επίσης, κάποιες φορές πολλοί γονείς, προσπαθώντας να αφιερώσουν τον ίδιο χρόνο και στα δύο παιδιά τους, δεν δίνουν στο δευτερότοκο όση φροντίδα απαιτεί η ηλικία του, για να μην αισθανθεί το μεγάλο παραμελημένο. Ακόμη και το ευρύτερο περιβάλλον ίσως δείχνει την

προτίμησή του προς το πρωτότοκο, μιας και δεν τους κουράζει τόσο πολύ, αφού έχει λιγότερες ανάγκες από το νεογέννητο.

Τέλος, και στις πολύτεκνες οικογένειες, αλλά και σε εκείνες με δίδυμα παρατηρείται το ίδιο φαινόμενο. Για παράδειγμα, το υστερότοκο μπορεί να νιώθει παραμελημένο από τους γονείς και το ευρύτερο περιβάλλον, ίσως επειδή νιώθει ότι όλη η προσοχή είναι στραμμένη στα μεγαλύτερα παιδιά, ενώ το μεσαίο παιδί μπορεί να νιώθει ότι χάνει τα υλικά και συναισθηματικά προνόμια που είχε όταν ήταν αυτό το μικρότερο. Μεταξύ των διδύμων, επίσης, μπορεί να αναπτυχθεί ζήλια, κυρίως εξαιτίας των συγκρίσεων όσον αφορά την εμφάνιση και το χαρακτήρα τους.

Επομένως υπάρχουν πολλές αιτίες που δημιουργούν τη ζήλια οι οποίες διαφοροποιούνται κατά περίπτωση και ανάλογα με τη σειρά του παιδιού. Οι κυριότερες μπορούν να συνοψιστούν στις παρακάτω:

### **6.1.1 Η συναισθηματική στέρηση**

Το παιδί πιστεύει και βιώνει ότι στερείται της αγάπης των γονιών του ή τουλάχιστον ότι μειώνεται η αγάπη τους προς αυτό εξ αιτίας της παρουσίας του άλλου ή των άλλων παιδιών. Λόγω αυτού, νιώθει μεγάλη ανησυχία και ανασφάλεια με αποτέλεσμα να προσπαθεί οπωσδήποτε αφ' ενός να βρει αποδείξεις ότι οι γονείς του το αγαπούν λιγότερο και αφ' ετέρου να επιδίδεται σε μια προσπάθεια επανακατάκτησης αυτού, που, κατά τη γνώμη του, του ανήκει.

### **6.1.2 Το χάσιμο της αποκλειστικότητας των γονιών**

Το κάθε παιδί θέλει να έχει την απόλυτη προσοχή, το ενδιαφέρον και την αγάπη των γονιών του. Θέλει να απολαμβάνει την απεριόριστη αγάπη και στοργή τόσο των γονιών του όσο και των άλλων ατόμων του στενότερου και ευρύτερου περιβάλλοντός του. Όμως η ύπαρξη άλλων αδελφών έχει σαν αποτέλεσμα το χάσιμο της αποκλειστικότητας, γιατί ο/η αδελφός/-ή καρπώνεται τουλάχιστον ένα μέρος της φροντίδας και της αγάπης των γονιών του.

### **6.1.3 Το μοίρασμα**

Το παιδί μέχρι την ηλικία των 6-7 ετών διακατέχεται από ένα έντονο εγωκεντρισμό σε όλα τα επίπεδα (νοητικό, κοινωνικό, συναισθηματικό) δηλαδή δυσκολεύεται να μπει στη θέση του άλλου και να δει τα πράγματα από τη δική του οπτική γωνία. Ιδιαίτερα στο συναισθηματικό πεδίο αυτό είναι πιο έντονο. Το παιδί "παίρνει περισσότερα από όσα δίνει". Επίσης, το μικρό παιδί, λόγω του εγωκεντρικού χαρακτήρα του, δεν μπορεί να μοιραστεί, γιατί το μοίρασμα σημαίνει παραχωρήσεις δικαιωμάτων και κατακτήσεων τόσο σε υλικό όσο και σε συναισθηματικό επίπεδο. Αν πάρουμε υπ' όψη ότι αυτό το μοίρασμα είναι αποτέλεσμα της παρουσίας αδελφών, τότε γίνεται κατανοητό ότι αυτό αποτελεί μια καλή αιτία, που κάνει το παιδί να ζηλεύει.

### **6.1.4 Οι στάσεις των γονιών όσον αφορά στα παιδιά τους**

Κατά τους Fabes, Leonard, Kuranoff, & Martin, (2001) είναι γεγονός ότι κάθε παιδί έχει ιδιαίτερα χαρακτηριστικά που το κάνουν να διαφέρει από τα άλλα παιδιά. Αποτέλεσμα αυτής της ιδιαιτερότητας του κάθε παιδιού, είναι η μεγαλύτερη συμπάθεια και προτίμησή μας, ως γονιών, σε κάποιο από τα παιδιά μας και η θετικότερη στάση μας προς αυτό, η οποία γίνεται αντιληπτή από τα άλλα παιδιά με αποτέλεσμα τη ζήλια τους προς το άλλο παιδί. (σελ. 910-913)

Όλοι μας έχουμε τις επιλεκτικές μας "προτιμήσεις", συνειδητές αλλά κυρίως ασυνειδητές και αυτό γιατί τυχαίνει κάποιο παιδί μας να μας "μοιάζει" περισσότερο, είτε στην εμφάνιση, είτε στα χαρακτηριστικά της προσωπικότητάς του ή γιατί ανταποκρίνεται περισσότερο σ'αυτά τα γνωρίσματα και τις συμπεριφορές που για μας είναι επιθυμητά ή έχουν ιδιαίτερη σημασία. Επίσης θα πρέπει να γνωρίζουμε ότι και εμείς οι ίδιοι οι γονείς με την πάροδο των χρόνων εξελισσόμαστε και δεν παραμένουμε εντελώς οι ίδιοι, με αποτέλεσμα να διαφοροποιούμαστε και στη συμπεριφορά και στις στάσεις μας όσον αφορά στα παιδιά μας.

Γι' αυτό, ακόμα και τα παιδιά της ίδιας οικογένειας δεν ανατρέφονται, ανάλογα με τη σειρά γέννησης, στο ίδιο ψυχολογικό πλαίσιο. Υπάρχουν αλλαγές στις στάσεις των γονιών, οι οποίες παρουσιάζουν μια εξελικτική πορεία, όπως π.χ. από τη μεγαλύτερη αυστηρότητα (περίπτωση πρωτότοκου) σε μια μεγαλύτερη επιείκεια και ευελιξία (σελ. 907-908).

### **6.1.5 Οι συγκρίσεις μεταξύ των παιδιών**

Είναι συχνό φαινόμενο οι γονείς να συγκρίνουν τη συμπεριφορά ή ακόμα και τις επιδόσεις (στο σχολείο, στα αθλήματα κλπ) μεταξύ των αδερφών σε μια οικογένεια και να επικρίνουν ή να επικροτούν τις συμπεριφορές, που σύμφωνα με τις δικές τους πεποιθήσεις, είναι σωστές ή όχι. Το αποτέλεσμα αυτής της σύγκρισης και της έκφρασής της είναι η δημιουργία αρνητικών συναισθημάτων όπως η εχθρότητα και η ζήλια μεταξύ των αδερφών. Αυτή τη σύγκριση τα παιδιά την λαμβάνουν ως προτίμηση των γονιών προς ένα παιδί.

## **6.2 ΤΡΟΠΟΙ ΕΚΔΗΛΩΣΗΣ ΤΗΣ ΖΗΛΙΑΣ**

Κάθε τι που βιώνεται, και κυρίως ένα συναίσθημα, εκφράζεται με κάποιους τρόπους. Με άλλα λόγια, θα υπάρξουν κάποιες αντιδράσεις του ατόμου που θα είναι αποτέλεσμα της βίωσης αυτών των συναισθημάτων (Λανιάντο Ν., 2003). Και στην περίπτωση της ζήλιας καταγράφονται κάποιες μορφές συμπεριφοράς που είναι δηλωτικές της ύπαρξής της κι που είναι οι ακόλουθες:

### **6.2.1 Παλλινδρομικές μορφές συμπεριφοράς**

Το παιδί που ζηλεύει υιοθετεί μορφές συμπεριφοράς που είναι χαρακτηριστικές όχι της ηλικίας του αλλά προηγούμενων ηλικιακών περιόδων, όπως ενούρηση, πιπίλισμα δακτύλων, τρόπος λήψης τροφής (μπιμπερό), μωρουδίστικος τρόπος ομιλίας. Τέτοιες συμπεριφορές παρατηρούνται συνήθως στα πρωτότοκα παιδιά μετά τη γέννηση του δευτερότοκου και



αποσκοπούν στην πρόκληση της προσοχής των γονιών τους και στην ενασχόληση τους μαζί τους.

### **6.2.2 Επιθετικότητα**

Πρόκειται για μια πολύ συχνή συμπεριφορά παιδιών που ζηλεύουν και που μπορεί να είναι δύο μορφών:

Λεκτική, δηλαδή να εκφράζεται με λόγια τα οποία υποδηλώνουν μια εχθρότητα και μια αποστροφή προς τον αδελφό, όπως π.χ. άσχημα λόγια, πειράγματα, κοροϊδίες κ.λ.π.

Εχθρική ή σωματική, η οποία κατευθύνεται είτε προς διάφορα αντικείμενα που έχουν σχέση με τον αδελφό (π.χ.άρπαγμα και πέταγμα πιπίλας του μωρού, σπάσιμο παιχνιδιών του αδελφού κ.λ.π.) είτε προς τον ίδιο τον αδελφό με σκοπό την πρόκληση βλάβης π.χ. χτυπήματα, κλωτσιές, δαγκωματιές ή και ξύλο (Eisenberg, Gershoff, Fabes, Shepard, Cumberland, Losoya et al., 2001).

### **6.2.3 Διαταραχές συμπεριφοράς**

Πολλές φορές συμβαίνει κάποιο παιδί, που μέχρι μια ορισμένη χρονική περίοδο δεν παρουσίαζε κάποιες συμπεριφορές, να αρχίσει ξαφνικά (π.χ. μετά τη γέννηση του δεύτερου παιδιού) να εκδηλώνει: έντονα ξεσπάσματα οργής και θυμού, έντονο και συχνό κλάμα χωρίς εμφανή αιτία, άρνηση φοίτησης στο σχολείο, έντονο πείσμα και απαιτητικότητα, κλείσιμο στον εαυτό του.

### **6.2.4 Παραίτηση ή υπερπροσπάθεια**

Πολλές φορές, ανάλογα με τις διαμορφούμενες μεταξύ των αδελφών σχέσεις, μπορεί ένα παιδί είτε να προσπαθήσει πολύ, κυρίως όσον αφορά στην σχολική επίδοση και να ξεπεράσει τον αδελφό του (αυτό καταγράφεται συχνότερα σε δευτερότοκα παιδιά), είτε να παραιτηθεί παντελώς από κάθε περαιτέρω προσπάθεια.

### 6.2.5 Η μέθοδος της απασχόλησης των γονιών

Μια πολύ σημαντική και συχνή μέθοδος των παιδιών, που ζηλεύουν και που πιστεύουν ότι οι γονείς τους ασχολούνται περισσότερο με τα αδέρφια τους και όχι με τα ίδια, είναι η προσπάθειά τους να κάνουν τους γονείς τους να ασχοληθούν μαζί τους.

Έτσι επιδίδονται σε μια προσπάθεια προσέλκυσης της προσοχής των γονέων τους με ποικίλους τρόπους, όπως π.χ. με την υποβολή συχνών και συνεχών ερωτήσεων, την προσποίηση αδυναμίας ή ασθένειας κ.λ.π. Με τους τρόπους αυτούς πιστεύουν ότι θα υποχρεώσουν τους γονείς να ασχολούνται συνεχώς μαζί τους και να εξασφαλίσουν έτσι την πολυπόθητη αποκλειστικότητα.

### 6.2.6 Κρυφή ζήλια

Κάποια παιδιά, λόγω χαρακτήρα και προσωπικότητας, δεν δείχνουν καθαρά τη ζήλια τους. Για παράδειγμα, δεν γίνονται ποτέ επιθετικά, δείχνουν πως αγαπούν το αδελφάκι τους, αλλά με την πρώτη ευκαιρία τού κλέβουν το μπιμπερό ή μπαίνουν μέσα στην κούνια τους προσποιούμενα τα βρέφη. Άλλα πάλι, μην μπορώντας να εκφράσουν το άγχος τους, το «σωματοποιούν». Σε αυτή την περίπτωση, αυτό που οφείλουμε να κάνουμε είναι να τα βοηθήσουμε να «εξωτερικεύσουν» αυτή τη ζήλια. Να τους εξηγήσουμε πως κάθε συναίσθημα είναι υπαρκτό και αποδεκτό. Και, βέβαια, όλο αυτό να τους το εξηγήσουμε χαρίζοντάς τους παράλληλα μεγάλες δόσεις στοργής και τρυφερότητας (Banerjee, 1997).

Συγκεκριμένα αναγνωρίζουμε τη ζήλια όταν:

Ένα παιδί που ζηλεύει μπορεί να εκφραστεί με πολλούς και διαφορετικούς τρόπους:

-Μπορεί να γίνει επιθετικό με στο αδελφάκι του ή μαζί σας χωρίς ιδιαίτερο λόγο. Βρίσκοντας παράλογες και ασήμαντες δικαιολογίες, δείχνει τον εκνευρισμό του, χτυπάει, βρίζει, και δαγκώνει.

-Δυσκολεύεται να προσαρμοστεί και υιοθετεί αντικοινωνική συμπεριφορά. Αρνείται πεισματικά να πάει στο σχολείο, να συμμετάσχει σε κοινωνικές εκδηλώσεις και εξόδους.

-Αρνείται πεισματικά να φάει ή αποκτά ιδιοτροπίες στο φαγητό.

-Παρουσιάζει διαταραχές στον ύπνο του. Αρνείται ή δυσκολεύεται να κοιμηθεί, ξυπνάει στη μέση της νύχτας, απαιτεί να κοιμηθεί στο δωμάτιό σας ή «βρέχει» το κρεβάτι του.

-Μιμείται συμπεριφορές του βρέφους, κατουριέται, μιλάει και κλαίει σαν μωρό.

- Σε ακραίες περιπτώσεις, μπορεί να αρχίσει να αρρωσταίνει συχνά και να γίνει ξαφνικά φιλάσθενο.

### **6.2.7 Επίδειξη μεγάλου θαυμασμού προς τον αδελφό ή αντίθετα πλήρους αδιαφορίας**

Τα παιδιά που ζηλεύουν, λόγω του ότι δεν τους απαγορεύεται η έκφραση της ζήλιας τους και το περιβάλλον τους έχει μάθει ότι είναι αποδεκτά μόνο όταν εκδηλώνουν θετικά συναισθήματα, είναι πολύ ευρηματικά στην επινόηση παραπλανητικών, αλλά αποδεκτών μορφών συμπεριφοράς.

Έτσι, είτε δηλώνουν υπερβολικό ενδιαφέρον προς τον αδελφό τους (πολύ συχνό στην περίπτωση πρωτότοκων παιδιών) απασχολούμενα υπερβολικά μαζί του φροντίζοντάς τον επιμελώς και υπερπροστατεύοντάς τον, είτε καταφεύγουν σε μια πλήρη αδιαφορία προσποιούμενα ότι δεν τα ενδιαφέρει η παρουσία και η ύπαρξη άλλου αδελφού.

## **6.3 ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΖΗΛΙΑΣ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ**

Ο Σαίξπηρ (2008) την περιγραφεί ως εξής: «Η ζήλια είναι ένα τέρας που γεννιέται από τον εαυτό του και τρέφεται απ'τον εαυτό του»,

Έχει παρομοιαστεί με σαράκι, ως κάτι που σε τρώει από μέσα, έχουν γραφτεί τόσα αποφθέγματα για την ζήλια. Πώς γεννάται το συναίσθημα αυτό; Πώς όμως κάποιος μπορεί να τη «δαμάσει» ή να απαλλαγεί απ' αυτή;

Η ζήλια είναι ένα αρνητικό τις περισσότερες φορές, συναίσθημα το οποίο καταδυναστεύει τον άνθρωπο από πολύ μικρή ηλικία. Δυσκολεύει τη

ζωή των ανθρώπων και τους κάνει δυστυχημένους. Όταν κάποιος ζηλεύει και επιθυμεί να αποκτήσει όλα εκείνα που έχει ο διπλανός του, χωρίς να κοιτάει τα δικά του, τότε υποφέρει και αυτό του δημιουργεί δυσάρεστα συναισθήματα και κατήφεια. Όταν δίνει περισσότερη σημασία στη ζωή των άλλων χωρίς να προσπαθήσει να κάνει κάτι για να βελτιώσει και τη δική του ζωή, τότε χάνει πολύτιμο χρόνο από τη ζωή του με σταυρωμένα τα χέρια του. Για να παραπονοιόμαστε συνεχώς και να ζηλεύουμε τους άλλους, αρκεί και εμείς να προσπαθήσουμε και να μην μένουμε αδρανείς. Η οπτική αυτή της ζωής ξεκινά από μικρή ηλικία. Οι γονείς στην προσπάθειά τους να κινητοποιήσουν τα παιδιά τους αρχίζουν να τα συγκρίνουν με τα αδέρφια τους ή με τους συνομήλικούς τους. Δυστυχώς, αν και η πρόθεση των γονιών είναι για καλό σκοπό, τα αποτελέσματα της συμπεριφοράς αυτής δεν τους δικαιώνουν, διότι η συνήθεια αυτή μπορεί να καταρρακώσει την αυτοεκτίμησή τους και να δημιουργήσει μέσα τους πολλά αρνητικά συναισθήματα (Brown, & Dunn 1992).

«Γιατί δεν είσαι τόσο καλός μαθητής όπως ο φίλος σου ο Γιαννάκης;», «Δες την αδελφή σου τι καλό και φρόνιμο παιδί είναι. Εσύ το μόνο που ξέρεις είναι να κανείς φασαρία και να χαλάς τις οικογενειακές στιγμές χαλάρωσης και ηρεμίας», «Γιατί δεν κάνεις ότι και αυτός;» Σας θυμίζουν κάτι αυτές οι φράσεις; Αν ναι, τότε σίγουρα έχετε πέσει στην παγίδα της σύγκρισης.

Δεν αντιλέγουμε είναι δύσκολο να αντισταθούμε σ' αυτή, καθώς οι περισσότεροι άνθρωποι έχουν μάθει να αξιολογούν την πρόοδο της ζωής τους ελέγχοντας και συγκρίνοντας τις επιδόσεις των γύρων τους. Κάτι τέτοιο φυσικά είναι ανώφελο. Η εξήγηση είναι απλή. Πάντα θα υπάρχει κάποιος που θα το κάνει καλύτερα. Αυτό δεν σημαίνει πως μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως δικαιολογία ή ως αιτία παραίτησης (Carson & Parke 1996).

Ο κάθε άνθρωπος είναι μοναδικός και αντιλαμβάνεται με το δικό του τρόπο την πραγματικότητα. Το να είστε συνεχώς σε μια διαδικασία σύγκρισης, το μόνο που καταφέρνετε είναι περνάτε τα χρόνια χωρίς να ζείτε τη ζωή σας. Οι άνθρωποι που δεν μπορούν να διαχειριστούν το συναίσθημά τους αυτό, γίνονται μίζεροι και καταλήγουν μόνοι τους. Προσπαθήστε να δεχτείτε τη διαφορετικότητα, αν κάτι σας αρέσει βρείτε τον τρόπο να το αποκτήσετε. Τίποτα δεν σας χαρίζετε στην ζωή χωρίς να μοχθήσετε γι' αυτό. Πάρτε το

χρόνο σας και σκεφτείτε τη ζωή σας. Τι έχετε καταφέρει μέχρι τώρα; Νιώστε περήφανοι γι'όσα έχετε πετύχει. Βάλτε νέους στόχους και δείτε πως μπορείτε να τους πετύχετε. Βρείτε τη δύναμη μέσα σας και το θάρρος να παλέψετε για την ζωή σας. Αυτό ακριβώς πρέπει να μάθετε στα παιδιά σας. Δεν χρειάζεται να τους προκαλείτε άγχος και φόβο για την ζωή.

Για να γίνει όμως λίγο πιο κατανοητή η θέση των παιδιών όταν οι γονείς τους τα συγκρίνουν, ας αντιστρέψουμε για λίγο τα παραπάνω παραδείγματα και στη θέση του παιδιού ας βάλει ο καθένας τον εαυτό του. Αν ακόμα δεν έχετε πεισθεί για τις αρνητικές συνέπειες της σύγκρισης, τότε δεν έχετε παρά να βάλετε στη θέση των παιδιών σας τον εαυτό σας. Πώς θα σας φαινόταν αν ο σύντροφός σας, οι φίλοι σας, οι άνθρωποι που σας περιβάλλουν, αρχίσουν να σας κρίνουν και να σας συγκρίνουν άλλους, για ότι κι αν κάνετε.

Πόσο καλά πιστεύατε ότι θα νιώθατε με τον εαυτό σας; Πόσο κίνητρο θα σας έδινε αυτού του είδους η σύγκριση για να προσπαθήσετε για το καλύτερο; Πόσο άγχος θα είχατε προκειμένου να ξεπεράσετε το φανταστικό αντίπαλο;

Η σύγκριση ακόμα και όταν δεν το συνειδητοποιούμε εμπεριέχει υποτίμηση και βλάπτει την αυτοεκτίμηση του ατόμου. Ακόμα και αν έχουμε τις καλύτερες προθέσεις, ακόμα και αν πιστεύουμε πως η σύγκριση θα αποτελέσει κίνητρο για καλύτερες επιδόσεις στο μέλλον, στην πραγματικότητα λειτουργεί αποθαρρυντικά αντί να ενθαρρύνει. Πώς μπορείτε λοιπόν να απαλλαγείτε από την κακή αυτή «συνήθεια»;

Η λέξη κλειδί είναι «αποδοχή». Θα πρέπει να κατανοήσετε πως το κάθε παιδί μεγαλώνει με διαφορετικούς ρυθμούς και αναπτύσσεται με τον δικό του τρόπο. Όταν οι γονείς συγκρίνουν τις επιδόσεις και τα αποτελέσματα των παιδιών τους, μπορεί να διαμορφώσουν μία εικόνα που να μην είναι και τόσο ρεαλιστική. Σημασία έχει η προσπάθεια και η προσωπική εξέλιξη του παιδιού σας. Συγκρίνετε, το παιδί σας με τον εαυτό του. Για παράδειγμα, «Κοίτα αυτή την φορά που προσπάθησες περισσότερο, πόσο καλά πήγες στο διαγώνισμα» ή «Μπράβο, μέρα την μέρα γίνεσαι όλο και καλύτερος».

Οι γονείς παίζουν σημαντικό ρόλο στην ενίσχυση ή άμβλυνση της ζήλιας που υπάρχει ανάμεσα στα παιδιά τους (Cassidy, Parke, Butovsky, & Braungart 1992).

Καλό θα είναι να αναγνωρίσουν από μικρή ηλικία ακόμη, τις ιδιαιτερότητες και τα ιδιαίτερα ενδιαφέροντα και χαρακτηριστικά του κάθε παιδιού, και να το ενισχύσουν στην ανάπτυξη των ιδιαίτερων κλίσεων που αυτό έχει. Θα ήταν ευκαταίω να μπορέσουν να βοηθήσουν τα παιδιά τους να ανακαλύψουν τις ικανότητές τους και να τις ενισχύσουν και να τις καλλιεργήσουν με κάθε τρόπο. Ακόμη να αναγνωρίζουν τα δυνατά και αδύνατα σημεία των παιδιών τους που κατά πάσα πιθανότητα διαφέρουν από εκείνα άλλων παιδιών, των αδερφών και των συμμαθητών τους. Μπορεί για παράδειγμα ένα παιδί να μην είναι πολύ καλό στο ποδόσφαιρο όπως είναι το παιδί του γείτονα, αλλά μπορεί να είναι πολύ καλό στη μουσική.

Επίσης, είναι πολύ σημαντικό οι γονείς να έχουν ρεαλιστικές προσδοκίες από τα παιδιά τους. Κάθε γονιός ονειρεύεται για το παιδί του τα καλύτερα. Το θέμα είναι ότι πολλές φορές οδηγούμενος από την αγωνία του και την επιθυμία του να πετύχει το μικρό του, χάνει το μέτρο και θέτει το πήχη πολύ υψηλά.

Μην βιάζεστε, αφήστε τα μικρά σας να αναπτυχθούν με το δικό τους ρυθμό και να ωριμάσουν σιγά σιγά. Εσείς να είστε δίπλα τους να τονώνετε την αυτοπεποίθησή τους και να χαίρεστε με τα κατορθώματά τους, μικρά ή μεγάλα.

## **6.4 ΑΔΕΛΦΙΚΗ ΖΗΛΙΑ**

Συναισθήματα ζήλιας ανάμεσα στα αδέρφια συνήθως εμφανίζονται σε διάφορα μεταβατικά στάδια της οικογένειας (γέννηση παιδιού, μετακόμιση, είσοδος του παιδιού στο σχολείο) και συνήθως συνδέονται με κρίσιμες φάσεις αλλαγών στην οικογενειακή ζωή, όπου αλλάζουν οι ισορροπίες και οι θέσεις των μελών

Οι Dunn & Herrera (1997) αναφέρουν ότι συνήθως ο ερχομός ενός νέου παιδιού, κάνει πολύ συχνά τους γονείς να ανησυχούν για προβλήματα ζήλιας που πιθανόν να προκύψουν μεταξύ ενός μεγαλύτερου παιδιού που βρίσκεται στην προσχολική ηλικία και του νέου παιδιού. Πράγματι η ζήλια μεταξύ αδελφών δεν είναι σπάνια (σελ.345-346).

Το μεγαλύτερο παιδί νιώθει ότι κάτι χάνει με τον ερχομό του αδελφίου του. Εκεί που απολάμβανε πολλά πράγματα μόνο του, την προσοχή των γονιών του, τώρα πρέπει να τα μοιράζεται με το αδελφάκι του.

Η ζήλια μεταξύ αδελφιών παρατηρείται συχνότερα όταν η διαφορά ηλικίας μεταξύ των παιδιών δεν είναι μεγάλη ή ακόμα όταν είναι του ίδιου φύλου. Στην περίπτωση διδύμων το φαινόμενο αυτό είναι ακόμη πιο έντονο. Ο ρόλος των γονιών είναι καθοριστικός στη δημιουργία της ζήλιας μεταξύ των παιδιών. Οι συγκρίσεις που κάνουν μεταξύ των παιδιών τους συμβάλλουν στην ανάπτυξη ζήλιας, αντιπαλότητας και συναγωνισμού. Στις περιπτώσεις που το ένα παιδί καταφέρνει να ξεπερνά το άλλο στις επιδόσεις του, μπορούν να δημιουργηθούν αισθήματα χαμηλής αυτοεκτίμησης ακόμη και κατάθλιψης που συνοδεύονται από ζήλια..

Υπάρχουν διάφοροι παράγοντες που επηρεάζουν τη ζήλια μεταξύ αδελφιών. Τα ατομικά χαρακτηριστικά των παιδιών, η λειτουργικότητα της οικογένειας, τα παραδείγματα που βλέπουν τα παιδιά σε ταινίες στην τηλεόραση ή αλλού συμβάλλουν στην δημιουργία καταστάσεων ζήλιας.

Σε οικογένειες που οι γονείς βρίσκουν συμβιβαστικές, παραγωγικές λύσεις που χαρακτηρίζονται από εκτίμηση προς το άτομο και χωρίς επιθετικότητα στα καθημερινά προβλήματα, οι πιθανότητες να αναπτυχθεί ζήλια είναι μικρές. Επίσης το ίδιο συμβαίνει σε οικογένειες που κάνουν δραστηριότητες ψυχαγωγικές ή άλλες που όλοι απολαμβάνουν μαζί. Η ηλικία των παιδιών παίζει ένα σημαντικό ρόλο. Ανάλογα με το επίπεδο αντίληψης τους οι γονείς μπορούν να μιλούν στο παιδί τους για τη γέννηση και τον ερχομό του αδελφίου τους. Έτσι νιώθουν ότι συμμετέχουν στο σημαντικό νέο γεγονός για την οικογένεια που θα αλλάξει την κατάσταση όπως την γνωρίζουν. Με το να συμμετέχουν στις προετοιμασίες για το νέο παιδί, για την κούνια και τα ρούχα του, λαμβάνοντας μέρος στις συζητήσεις για το τι θα κάνει η οικογένεια όταν θα έρθει το αδελφάκι, τα κάνει να μη νιώθουν ότι παραμερίζονται ή ότι χάνουν κάτι (Brown & Dunn 1996).

Επίσης εάν η ηλικία του ή των μεγαλύτερων παιδιών το επιτρέπει, είναι καλό για αυτά εάν μπορούν να συμμετέχουν στην επιλογή του ονόματος για το αδελφάκι τους. Οι γονείς μπορούν να συζητούν με τα μεγαλύτερα αδέλφια τρόπους με τους οποίους μπορούν αυτά να βοηθούν στην οικογένεια όταν θα γεννηθεί το νέο παιδί. Στις περιπτώσεις αυτές είναι χρήσιμο όλοι μαζί

να βλέπουν τις φωτογραφίες των μεγαλύτερων παιδιών όταν γεννήθηκαν και οι γονείς να διηγούνται αυτά που έκαναν όταν γεννήθηκαν τα πρώτα παιδιά. Οι κινήσεις αυτές βοηθούν τα παιδιά στο να νιώσουν ότι η σημασία και το ενδιαφέρον που δίνονται προς τα αυτά δεν μειώνεται και τουναντίον το κάθε παιδί παίρνει όλη την αγάπη των γονιών του.

Η αντιμετώπιση των γονιών στο μεγαλύτερο παιδί τους, που δεν δείχνει αγάπη για το μικρότερο, θα πρέπει να είναι η υπόδειξη της συμπεριφοράς προς το μικρότερο παιδί και να θέτουν τα όρια του επιτρεπτού και μη επιτρεπτού σ αυτό. Επιπρόσθετα η επιβράβευση του μεγαλύτερου παιδιού για κάτι καλό που έκανε στο μικρότερο αδερφάκι του, φανερώνει στο παιδί κάποια από τα πλεονεκτήματα του να είσαι μεγαλύτερος. Κάποτε ένα παιδί μπορεί να παρουσιάσει κάποια υποχώρηση στην συμπεριφορά του όταν γεννηθεί ένα νέο παιδί. Επιστρέφει πίσω σε συμπεριφορές που είχε όταν ήταν σε πιο μικρή ηλικία (Cassidy, Parke, Butovsky & Braungart 1992).

Υπάρχουν βέβαια και περιπτώσεις που η ζήλια θα χειροτερεύει και πιθανόν να γίνει μια αντιπαλότητα. Πολύ σπάνια μπορεί η κατάσταση να εκφυλιστεί και να εμφανιστούν φαινόμενα βίας και κακοποίησης του ενός από τον άλλο. Συνήθως αυτός που κακοποιεί είναι ο μεγαλύτερος στην ηλικία ή και αυτός που είναι δυνατότερος. Στις περιπτώσεις αυτές χρειάζεται βοήθεια από ειδικούς ψυχολόγους ή και ψυχιάτρους. Η οικογένεια θα πρέπει να ζητήσει επαγγελματική βοήθεια και μάλιστα σε μερικές περιπτώσεις το πρόβλημα πιθανόν να χρειάζεται επείγουσα αντιμετώπιση. Συμπερασματικά θα τονίσουμε το γεγονός ότι η ζήλια μεταξύ αδελφών είναι σύνηθες φαινόμενο. Ο ρόλος των γονιών είναι καθοριστικός στη γένεση αλλά και στην αντιμετώπιση του προβλήματος. Για αυτό θα πρέπει να υπάρχει συμβιβασμός όταν δημιουργούνται διαφορές και να υπάρχει σεβασμός και εκτίμηση στην προσωπικότητα και τις ιδιαιτερότητες του κάθε μέλους της οικογένειας.

Η αντιζηλία μεταξύ αδελφών αποτελεί αναπόφευκτο γεγονός της αυτογνωσίας και ωρίμανσης των παιδιών. Την ίδια στιγμή όμως είναι και διαδικασία μέσω της οποίας μαθαίνουν να φροντίζουν το ένα το άλλο. Παρόλαυτά, για τους γονείς είναι εξαιρετικά δύσκολο να μην λαμβάνουν μέρος στη διαμάχη των παιδιών τους. Γιατί όμως; Σύμφωνα με τον ψυχαναλυτή Erick Erickson (1993) αυτό ίσως οφείλεται στο αίσθημα «ανεπάρκειας» που αντιμετωπίζουν πολλοί γονείς όταν έχουν περισσότερα του ενός παιδιά. Όταν



τα παιδιά καυγαδίζουν, μια λανθάνουσα ενοχή κάνει τους γονείς να νιώθουν ότι πρέπει να προστατέψουν το ένα ή το άλλο. Έτσι γρήγορα η κατάσταση μεταμορφώνεται σε ένα « τρίγωνο». Η διαμάχη των παιδιών κατά κάποιο τρόπο συντηρείται από την ανάμειξη των γονιών τους.

Όταν ένα καινούριο μωρό έρχεται στο σπίτι, το πρώτο παιδί θυμώνει στους γονείς του γιατί το «εγκατέλειψαν». Στη συνέχεια, καθώς το μωρό αρχίζει να μεγαλώνει και να ανακατεύεται στα παιχνίδια του μεγαλύτερου, εκείνος βρίσκει τρόπους να του φέρεται άσχημα για να προκαλεί την προσοχή των γονιών του.

Σκεφτείτε πως το να μάθει κανείς να ζει και να μοιράζεται μέσα σε μια οικογένεια είναι ένα από τα πιο σημαντικά πράγματα και δεν το διδασκόμαστε συχνά στις μέρες μας. Δεν χρειάζεται τόσο να ανησυχούμε πώς θα προστατέψουμε το παιδί μας από το αίσθημα της αδελφικής ζήλιας, αλλά να προσπαθούμε να το κάνουμε να νιώσει υπεύθυνο για το αδελφάκι του και για την ευτυχία της οικογένειας. Ένα μεγαλύτερο παιδί μπορεί να βοηθήσει τους γονείς του να ντύσουν, να ταΐσουν ή να αλλάξουν το μωρό και αυτή η ευθύνη θα του δώσει τη χαρά της προσφοράς και φροντίδας αλλά και την ικανοποίηση ότι οι γονείς του πιστεύουν πραγματικά ότι «είναι μεγάλο παιδί» και δεν του το λένε απλά για να το αποτρέψουν να πειράζει το μικρότερο αδελφάκι του.

Οι γονείς συχνά αναρωτιούνται πώς θα μπορούσαν να φέρονται στα παιδιά τους με τον ίδιο τρόπο για να μην μαλώνουν μεταξύ τους. Η απάντηση είναι: Δεν μπορείτε! Κάθε παιδί έχει τη δική του προσωπικότητα και χρειάζεται διαφορετικό τρόπο προσέγγισης και διαπαιδαγώγησης και οφείλετε να τους υπενθυμίζετε συχνά ότι η συμπεριφορά σας μερικές φορές είναι διαφορετική γιατί εκείνα είναι διαφορετικοί άνθρωποι.

Όλοι ξέρουμε ότι αυτή η διαφορετική συμπεριφορά οφείλεται και στην διαφορετική σειρά γέννησης ενός παιδιού: Το πρωτότοκο παιδί θα είναι πάντα ξεχωριστό για τους γονείς του με ότι αυτό συνεπάγεται: δέχεται πρώτο όλη την αποκλειστική αγάπη και φροντίδα τους αλλά και τις συνέπειες των λαθών της απειρίας και ανασφάλειας τους. Θα του/της δοθεί από νωρίς υπευθυνότητα για την φροντίδα των μικρότερων αδελφών του/της και αυτό θα κρατήσει και στα χρόνια της ενήλικης ζωής.

Όσον αφορά τα συναισθήματα του δεύτερου παιδιού, ιδιαίτερα αν αυτό είναι και το μεσαίο από τα τρία παιδιά μιας οικογένειας, αυτό αισθάνεται έντονα το αίσθημα της ζήλειας και της σύγκρισης με τα υπόλοιπα. Συνήθως νοιώθει ότι πρέπει να συμμορφώνεται με τα θέλω του πρώτου αδερφού και να μην χαλάει χατίρι στον μικρότερο αδερφό/ή. Πάντα σχεδόν νοιώθει παράπονο αφού πάντα θα είναι δεύτερο (δεν απήλαυσε τα προνόμια του πρωτότοκου αλλά ούτε και του τελευταίου “καλομαθημένου” παιδιού). Το γεγονός αυτό θα το μετατρέψει σε πιο ανταγωνιστικό και διεκδικητικό καταφέροντας να πετύχει πράγματα που οι γονείς αρνήθηκαν στο πρώτο. Επίσης, τα μεσαία παιδιά μαθαίνουν πολύ νωρίς στη ζωή τους να κάνουν τους «διαμεσολαβητές»(Λανιάντο, 2003).

Τα τελευταία στη σειρά, τα μικρότερα παιδιά, νιώθουν συχνά ότι βρίσκονται χαμηλά στην πυραμίδα της οικογένειας, αυτό όμως αντισταθμίζεται από το γεγονός ότι έχουν «πολλούς γονείς», καθώς και τα αδέρφια τους αναλαμβάνουν την φροντίδα και διαπαιδαγώγηση τους. Είναι σημαντικό όμως να μάθουν από νωρίς ότι δεν είναι «μωρά» και να αποκτήσουν και εκείνα συμμετοχή και ευθύνες μέσα στην οικογένεια.

Οι παραπάνω διαφορές γίνονται κάποιες φορές εντονότερες όταν τα αδέρφια είναι διαφορετικού φύλου οπότε επιδρούν τα διαφορετικά κοινωνικά στερεότυπα με τα οποία ανατρέφονται.

Οι γονείς θα πρέπει να ακολουθήσουν τις παρακάτω συμπεριφορές:

- Αν εσείς δεν νιώθετε ενοχές για τον διαφορετικό τρόπο που μεγαλώνετε τα παιδιά σας, λόγω των διαφορετικών συναισθημάτων που νιώθετε για εκείνα (χωρίς ποτέ να εννοείται ότι αγαπάτε το ένα λιγότερο από το άλλο) τότε και εκείνα δεν θα εισπράττουν αρνητικά μηνύματα.
- Αποφεύγετε να ανακατεύετε στους καυγάδες τους. Πείτε τους: «δεν ξέρω ποιος έχει δίκιο και ποιος άδικο. Θα χρειαστεί να τα βρείτε μόνοι σας» και βγείτε από το δωμάτιο, ενώ συνεχίζετε να επαγρυπνείτε για την ασφάλειά τους. Αν συνεχίζουν και επιμένουν να ζητούν από εσάς να επέμβετε, καθίστε κάτω μαζί τους και πείτε τους: "Ωραία, τι με συμβουλεύετε να κάνω για να τα βρείτε;» Έτσι, θα τους κάνετε να καταλάβουν το δίλλημα που αντιμετωπίζετε και να νιώσουν περισσότερο υπεύθυνα για τις πράξεις τους.
- Επιβραβεύστε την καλή και αδιαφορήστε για την αρνητική συμπεριφορά.
- Συχνά βοηθά να καλείτε στο σπίτι φίλους του καθενός για να παίξουν.

- Είναι επίσης σημαντικό να ακολουθούν την ίδια συμπεριφορά και οι υπόλοιποι συγγενείς μέσα στο σπίτι.

- Τέλος, κάθε γονιός θα πρέπει να αφιερώνει λίγο ξεχωριστό χρόνο με κάθε παιδί μόνο του στο τέλος της εβδομάδας, όπου θα είναι όλος δικός του.

Ειδικά για τα δίδυμα αδελφάκια, θυμηθείτε:

Κάθε παιδί έχει ανάγκη να το αγαπούν για αυτό που είναι και όχι γιατί είναι δίδυμο και μοιάζει τόσο πολύ στο αδερφάκι του

Πολύ συχνά τα δίδυμα αναπτύσσουν σχέσεις ανταγωνισμού ή αλληλεξάρτησης: Ο ένας είναι ο αρχηγός και ο άλλος ο ακόλουθος.

Έτσι μόνο θα μπορέσουν να εξατομικευθούν, δηλαδή να διαφοροποιηθούν και να εκφραστούν ως ξεχωριστές προσωπικότητες.

Αποφεύγετε να τα ντύνετε με τα ίδια ρούχα, ακόμα και τα ρούχα δίνουν ξεχωριστή προσωπικότητα στο παιδί. Το καθένα δικαιούται να έχει τα δικά του συρτάρια και ντουλάπια.

Από μικρή ηλικία προσπαθήστε να τα προτρέψετε να ασχοληθούν με ξεχωριστά ενδιαφέροντα για να κάνουν και διαφορετικές παρέες.

Προσπαθήστε να περνούν από μικρά κάποιες ώρες της ημέρας χωρία.

Έτσι, το παιδί που κάθεται εκείνες τις ώρες μαζί σας στο σπίτι έχει περισσότερες ευκαιρίες για επικοινωνία χωρίς να χρειάζεται να διεκδικήσει την προσοχή σας.

Ζητήστε βοήθεια από συγγενείς και φίλους-κανείς δεν είπε ότι είναι εύκολο να έχεις πολυμελή οικογένεια.

([http://www.gkoltsiou.gr/el/article\\_groups/7/articles/197-adelfiki-zilia](http://www.gkoltsiou.gr/el/article_groups/7/articles/197-adelfiki-zilia))

Η ζήλια, ωστόσο, ανάμεσα στα αδέρφια, όσο και να ανησυχεί τους γονείς, είναι ένα υγιές συναίσθημα. Είναι ένας υποχρεωτικός σταθμός στην ανάπτυξη του παιδιού, όπου ανακαλύπτει την ικανότητά του να διευρύνει την αγάπη του και να εμπλουτίζει τον εσωτερικό του κόσμο. Το παιδί έχει το δικαίωμα να νιώθει το συγκεκριμένο συναίσθημα, αλλά και το δικαίωμα να το εκφράζει προκειμένου να το ξεπεράσει. Μπορεί αρχικά να αισθάνεται το αδερφάκι του ως «εισβολέα», αλλά σταδιακά αναζητάει στρατηγικές για να μη νιώθει ζήλια απέναντί του. Θέλει να δείχνει ότι ενδιαφέρεται για το αδερφάκι για να πετύχει και την επιδοκίμασία των γονιών του.

Η μεγαλύτερη ανησυχία του πρωτότοκου παιδιού είναι ότι οι γονείς θα το αγαπούν πλέον λιγότερο αφού θα διεκδικεί και ένα άλλο παιδί μια θέση

στην αγάπη τους και θα το δίνουν λιγότερη προσοχή πλέον. Έτσι το θεωρεί «ανταγωνιστή». Από τη στιγμή που διαπιστώνει ότι κάτι τέτοιο δεν ισχύει, αρχίζει και μπορεί να ελέγχει το συναίσθημα της ζήλιας. Θα μπορούσε να αισθανθεί ικανοποίηση με την ανάθεση κάποιων βοηθητικών ρόλων στην ανατροφή του δεύτερου παιδιού και νοιώθουν χρήσιμα.

Η αρχικά ανταγωνιστική σχέση μετατρέπεται με τα χρόνια σε σχέση φιλίας. Γίνονται σύντροφοι στο παιχνίδι, συνένοχοι στις πονηριές, σύμμαχοι όταν τους επιτίθενται άλλα παιδιά. Το παιδί μπορεί να αισθανθεί τη ζήλια από την ηλικία των 15 μηνών με κορύφωση στις ηλικίες 3- 5 ετών. Αυτό δεν σημαίνει ότι δεν το νιώθει και σε μεγαλύτερες ηλικίες, απλά μπορεί να το ελέγξει περισσότερο και να το συγκαλύψει πιο συνειδητά (Τσιάντης, 2000).

Οι συμπεριφορές πίσω από τις οποίες μπορεί να κρύβεται η ζήλια είναι πολλές: επιθετικότητα, αυτοτραυματική επιθετικότητα, παλινδρόμηση σε μικρότερες ηλικίες, εκρήξεις θυμού, πείσματα, «αποπνικτική» αγάπη, προσβολές, αδιαφορία, θλίψη, εφιάλτες, φοβίες, προσκόλληση στη μητέρα, ψυχοσωματικά συμπτώματα.

Για να βοηθήσουμε τα παιδιά να ξεπεράσουν τις ανασφάλειές τους ως προς το αδερφάκι τους θα πρέπει:

- (1)** Να τους χαρίσουμε ευτυχισμένες οικογενειακές αναμνήσεις
- (2)** Να αφιερώνει τόσο η μητέρα όσο και ο πατέρας χρόνο σε δραστηριότητες ξεχωριστά με το κάθε παιδί.
- (3)** Να συζητάμε με το παιδί και να προσπαθήσουμε να διερευνήσουμε τα συναισθήματά του απέναντι σε καθετί που συμβαίνει στην οικογένεια, υπενθυμίζοντάς του με κάθε ευκαιρία πόσο το αγαπάμε.
- (4)** Να μάθουμε στο παιδί να «μπαίνει» στη θέση των άλλων μελών της οικογένειας (ενσυναίσθηση).
- (5)** Να συνεχίσουμε τις «μικρές» τελετουργίες και συνήθειες που είχαμε με το παιδί πριν έρθει το αδερφάκι, όπως τις αγκαλιές, τα φιλιά, τις δραστηριότητες στο σπίτι, τις συνήθειες πριν από τον ύπνο κ.τ.λ.
- (6)** Να είμαστε «δίκαιοι» απέναντι στους καβγάδες και στα παράπονά τους όταν συγκρούονται μεταξύ τους τα αδέρφια.

Δεν χρειάζεται να ανησυχούμε ως γονείς όταν εφαρμόζουμε όλα τα παραπάνω. Είναι ζήτημα χρόνου να μάθει το παιδί να ελέγχει το συναίσθημα της ζήλιας και να το διαχειρίζεται χωρίς να «δυσφορεί» ή να πληγώνεται.

Ούτως ή άλλως οι γονείς έχουν, εκτός από όλα τα άλλα, και το ρόλο του παρατηρητή και παρακολουθούν τις συμπεριφορές και τις αντιδράσεις των παιδιών τους και παρεμβαίνουν άμεσα (Miller, A.L., Volling, B.L., & McElwain, N.L. , 2000).

Αν μια συμπεριφορά δεν βελτιώνεται εξελικτικά, αλλά επιμένει μπορούν να συμβουλευτούν κάποιον ειδικό, ο οποίος τους προτείνει συνήθως κάποιες αλλαγές στις δικές τους συμπεριφορές προς τα παιδιά προκειμένου να ισορροπηθούν οι σχέσεις μέσα στην οικογένεια με βάση την οπτική και την αντίληψη των ίδιων των παιδιών και όχι των γονιών. Γιατί τα παιδιά ερμηνεύουν την πραγματικότητα με το δικό τους τρόπο και αυτό ενισχύει τις τυχόν ανασφάλειες και αρνητικές σκέψεις τους, οι οποίες θα πρέπει να διερευνηθούν.

## **6.5 ΤΡΟΠΟΙ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ ΤΗΣ ΖΗΛΙΑΣ**

Προκειμένου να βοηθήσουμε το κάθε παιδί που ζηλεύει και να συμβάλουμε στη μείωση αυτής της ζήλιας, αλλά, κυρίως, στο να μην υπάρξουν σημαντικές και καθοριστικές αρνητικές επιπτώσεις στον ψυχισμό του, χωρίς να επιθυμούμε να δώσουμε στους γονείς ένα "συνταγολόγιο" (αυτό άλλωστε είναι αδύνατο γιατί κάθε περίπτωση είναι ξεχωριστή και διαφορετική) θα επισημάνουμε κάποιους τρόπους οι οποίοι θα βοηθήσουν σε αυτή την κατεύθυνση και που είναι:

### **6.5.1 Η προετοιμασία του κάθε παιδιού, όσον αφορά στη γέννηση του άλλου παιδιού**

Είναι απαραίτητο να ενημερώσουμε έγκαιρα το παιδί μας για τη γέννηση του άλλου παιδιού. Έτσι θα υπάρχει χρόνος για ψυχολογική προετοιμασία σε σχέση με τη νέα κατάσταση που θα δημιουργηθεί μέσα στην οικογένεια (αύξηση αριθμού μελών, παρουσία άλλου αδελφού, διεκδικήσεις κ.λ.π.) Η προετοιμασία αυτή είναι καλό να αφορά τόσο στα θετικά όσο και στα αρνητικά της νέας κατάστασης.

Έτσι, ναι μεν, προετοιμάζουμε το παιδί μας μιλώντας για τα θετικά (ανταλλαγές, βοήθεια, παιχνίδι κ.λ.π.), χωρίς όμως να εξωραϊζουμε και να εξιδανικεύουμε την κατάσταση, δεδομένου ότι η πραγματικότητα θα είναι διαφορετική. Γι' αυτό του μιλάμε και για κάποιες δυσκολίες που θα υπάρξουν μετά τη γέννηση του άλλου παιδιού, όπως είναι π.χ. η διατάραξη του ρυθμού της οικογένειας, τα κλάματα του μωρού, οι απαιτήσεις του κ.λ.π. Επίσης, οι όποιες αλλαγές, όπως π.χ. αλλαγή κρεβατιού, δωματίου, φοίτηση στο σχολείο, είναι απαραίτητο να προηγηθούν της γέννησης του άλλου παιδιού, ώστε να μη συνδυαστούν με τη γέννηση του μωρού και προκαλέσουν τη ζήλια του.

### **6.5.2 Οι στάσεις των γονιών**

Είναι γεγονός, ότι οι στάσεις των γονιών, όσον αφορά στα παιδιά τους, διαφοροποιούνται για το κάθε παιδί, παρά τα λεγόμενα από τους γονείς για ίδια στάση και πλήρη ισότητα στην αντιμετώπιση των παιδιών τους. Ας μην ξεχνάμε ότι κι εμείς οι γονείς έχουμε τις επιλεκτικές μας προτιμήσεις, συνειδητές ή ασυνειδητές και ότι για κάποιο από τα παιδιά μας είμαστε ευνοϊκότερα διατεθειμένοι. Άλλωστε, ό κάθε γονιός με την πάροδο των χρόνων διαφοροποιείται λόγω γνώσης και εμπειρίας, με αποτέλεσμα την υιοθέτηση διαφορετικών στάσεων και συμπεριφορών απέναντι στο παιδί. (Gottman, Katz & Hooven, 1997).

### **6.5.3 Η αποφυγή συγκρίσεων των παιδιών μεταξύ τους**

Είναι αναγκαίο οι γονείς να αποφεύγουν να συγκρίνουν τα παιδιά μεταξύ τους, τόσο όσον αφορά στα εξωτερικά χαρακτηριστικά τους, όσο και όσον αφορά στις ικανότητες και κατακτήσεις τους.

Οι συγκρίσεις να είναι μόνο ενδοατομικές, δηλαδή του ίδιου του παιδιού. Συγκρίσεις με το τι ήταν το ίδιο το παιδί παλιότερα και το τι μπορεί να γίνει στο μέλλον. Καλό είναι επίσης να τονίζεται η διαφορετικότητα του κάθε παιδιού.

#### **6.5.4 Η ελεύθερη έκφραση των συναισθημάτων του παιδιού. Όχι απώθηση**

Γνωρίζουμε ότι το κάθε συναίσθημα, θετικό ή αρνητικό που βιώνεται από το άτομο, εκφράζεται με διάφορους τρόπους. Όμως, ενώ είναι γενικά αποδεκτή η έκφραση των θετικών συναισθημάτων, αντίθετα είναι απορριπτικά η έκφραση των αρνητικών. Για το λόγο αυτό, το παιδί παίρνει το μήνυμα από νωρίς, ότι πρέπει οπωσδήποτε να αγαπά τον αδελφό του (τα καλά παιδιά αγαπούν τον αδελφό τους) και επομένως αν δεν τον αγαπά δεν είναι καλό παιδί, άρα δεν είναι αποδεκτό από τους γονείς του. Για να είναι λοιπόν αποδεκτό, όχι μόνο από τους γονείς, αλλά και από τον ευρύτερο κοινωνικό του περίγυρο, θα πρέπει να ακολουθεί κάποιους κανόνες.

Πολύ συχνά παρατηρείται, προκειμένου να αγαπούν οι γονείς το παιδί τους, να απωθεί αρνητικά συναισθήματα όπως αυτό της ζήλιας και να μην το εκφράζει. Αυτό έχει ως συνέπεια να δημιουργούνται προβλήματα στον ψυχισμό του και εσωτερική ένταση. Αυτή, όταν φτάσει σε ένα οριακό σημείο, μπορεί να εκδηλωθεί, συνήθως με ακραίες συμπεριφορές (κυρίως επιθετικές), πράγμα που δεν θα πρέπει να συμβαίνει. Οι γονείς θα πρέπει να βοηθούν το παιδί τους να εκφράζει τη ζήλια του και να του εξηγούν συζητώντας το πρόβλημα, ότι το καταλαβαίνουν, το αποδέχονται και το αγαπούν.

Οι Fabes, Poulin, Eisenberg, & Madden-Derdich, (2003) όσον αφορά τις αδερφικές σχέσεις και την αντιμετώπισή τους από τους οι γονείς, καταρχήν θα πρέπει να τους δώσουν να καταλάβουν ότι το συναίσθημα της ζήλιας είναι ένα φυσιολογικό συναίσθημα που η ύπαρξή του συναντάται στα παιδιά όλων των οικογενειών τόσο των πολυμελών όσο και των ολιγομελών. Τα αδέρφια μεταξύ τους έχουν αντιπαλότητα και λειτουργούν ανταγωνιστικά. Ωστόσο, ο βαθμός και η ένταση της ζήλιας διαφέρει από παιδί σε παιδί ανάλογα με την προσωπικότητά του ενώ επιτείνεται σε οικογένειες όπου οι γονείς δείχνουν την επιλεκτική τους προτίμηση στο ένα από τα παιδιά τους. Επιπρόσθετα, θα πρέπει να γίνει κατανοητό ότι οι αδερφικές σχέσεις είναι πολύπλοκες και η ύπαρξη της ζήλιας στα αδέρφια, που εκδηλώνεται με καβγάδες ανάμεσά τους, δεν σημαίνει ότι το ένα παιδί δεν αγαπά το άλλο (σελ 285-288).

Τα αδέρφια μπορούν να είναι και φίλοι αλλά ταυτόχρονα και ανταγωνιστές, ιδιαίτερα τα αδέρφια του ίδιου φύλου ενώ η εμπειρία τους είναι πολύ καθοριστική για την εξέλιξη της ψυχικής και συναισθηματικής τους υγείας. Οι γονείς μπορούν να δώσουν το παράδειγμα καλής συμπεριφοράς στα παιδιά τους και να διασφαλίσουν ένα ήρεμο οικογενειακό κλίμα στο σπίτι με τη χρήση του διαλόγου. Σε περίπτωση που αντιμετωπίζεται το συναίσθημα της ζήλιας, αυτό έγκαιρα δεν θα γενικευθεί σαν μορφή συμπεριφοράς εφόσον γίνεται διάλογος για αυτό.

Έτσι λοιπόν έχοντας τα παραπάνω υπόψη, οι γονείς μπορούν να αντιμετωπίσουν τη ζήλια με διάφορες ενέργειές τους. Καταρχήν δεν πρέπει να επικρίνουν το παιδί για κάποια συμπεριφορά αλλά να επικρίνουν τη συμπεριφορά την ίδια. Έτσι μια αρνητική στάση των γονιών ή το μάλωμά τους προς το παιδί που παρουσιάζει μια επιθετικότητα ή μια βίαιη συμπεριφορά, θα το κάνει να αισθανθεί τύψεις και να αναπτύξει σύγκρουση και ένταση εσωτερικά καθώς και να διατηρήσει τη ζήλια μέσα του. Ακόμη οι γονείς είναι καλό να μην απορρίπτουν το παιδί, να του δείχνουν ότι κατανοούν το συναίσθημα της ζήλιας και ότι το αγαπάνε ακόμα και με τα αρνητικά του συναισθήματα. Η θετική επιβράβευση της ζήλιας οδηγεί σε συνέχισή της ενώ οι φωνές και οι τιμωρίες την ενισχύουν (Eisenberg, Fabes, Nyman, Bernzweig & Pinuelas, 1994).

Ένα από τα σημαντικά χαρακτηριστικά που θα πρέπει να αναπτύξει σαν συμπεριφορά ο γονιός προς το παιδί είναι η εδραίωση της αυτοπεποίθησης και αυτοεκτίμησης του ίδιου του παιδιού. Βοηθώντας το παιδί να αναγνωρίσει τα χαρίσματα και τις ικανότητές του ενισχύουν και βοηθούν στην οικοδόμηση μιας ισχυρής προσωπικότητας και ενδυνάμωση της αυτοπεποίθησης του και το διαφυλάττουν από αρνητικά συναισθήματα όπως αυτό της ζήλιας. Εκτιμώντας τη διαφορετικότητά του κάθε παιδιού και ελέγχοντας τη συμπεριφορά του, βοηθούν στον κατευνασμό του αισθήματος της ζήλιας σ αυτό. Περνώντας ποιοτικό χρόνο με τα παιδιά τους, οι γονείς και συζητώντας τι συγκεκριμένα ζηλεύουν, βοηθά τα παιδιά να αντιμετωπίσει το συναίσθημα αυτό. Ο παραδειγματισμός μέσα από το παραμύθι θα βοηθήσει το παιδί να αμβλύνει τη ζήλια του ενώ οι γονείς θα είναι καλό να μην δείχνουν ότι το πρόγραμμα του παιδιού εξαρτάται από τα αδέρφια του γιατί θα αισθανθούν παραβίαση του προσωπικού τους χώρου. Θα πρέπει τέλος να



δείχνουν στα παιδιά τον τρόπο αντιμετώπισης της ζήλιας με παραδείγματα από τη δική τους παιδική ηλικία και τα βήματα που θα πρέπει να ακολουθήσουν.

Εκτός όλων των πιο πάνω που θα πρέπει να εστιάζουν την προσοχή τους οι γονείς, αναφορικά με τη ζήλια των παιδιών τους, υπάρχουν κάποιες τεχνικές που βοηθούν τα αδέρφια που ζηλεύονται μεταξύ τους να τη διαχειριστούν εποικοδομητικά. Αρχικά οι γονείς θα πρέπει να δημιουργήσουν ευχάριστες αναμνήσεις στα παιδιά όσον αφορά τον ερχομό του επόμενου παιδιού τους. Αυτό θα έχει σαν αποτέλεσμα την ομαλή ένταξη και αποδοχή του νέου μέλους στην καθημερινότητα της οικογένειας. Έπειτα, με τη βοήθεια παιχνιδιών (μαριονέτες, πάνινα ζωάκια και κούκλες) θα μπορέσει το παιδί να εκτονώσει την επιθετικότητά του σ αυτά ενώ τα παραμύθια αποτελούν ένα πολύ καλό και αποτελεσματικό τρόπο να αναβιώνει τους ενδόμυχους φόβους του και να απελευθερώνεται από αυτούς. Κάθε φορά, ακούγοντας ένα παραμύθι, ταυτίζεται με κάποιον από τους ήρωες του.

Επιπρόσθετα η αποφυγή της παραδοσιακής τιμωρίας με την ονομασία κάποιων προτερημάτων του αδερφού ή αδερφής, θα συμπράξει στο να αναδειχθεί η θετική πλευρά του αντιπάλου αδερφού ή αδερφής. Παράλληλα, οι έπαινοι ποτέ δεν είναι αρκετοί και δεν φτάνουν για ένα παιδί. Οι ευκαιρίες είναι πολλές και η συμβολή τους είναι τόσο σπουδαία όσο και η συμβολή του ήλιου για την ανάπτυξη ενός φυτού (Dunn, Slomkowski, Donelan & Herrera, 1995).

Η διαφοροποίηση του χρόνου που αφιερώνει ένας γονιός στο κάθε παιδί ανάλογα με τις προσωπικές του ανάγκες, είναι απαραίτητη για την ισόρροπη ανάπτυξη του ενώ και η κατανόηση του επιπλέον χρόνου που αφιέρωσε ο γονιός για ένα παιδί του, αποτελεί απαραίτητη αντίληψη από το "αδικημένο" παιδί του λόγου για τον οποίο έγινε αυτό, έτσι ώστε την επόμενη φορά θα αφιερωθεί αντίστοιχος χρόνος σ αυτό. Στην ερώτηση "Ποιον αγαπάς περισσότερο, εκείνον ή εμένα;" συνήθως οι γονείς απαντούν: «Για μένα είστε και οι δύο το ίδιο. Σας αγαπώ το ίδιο». Αυτό αποδεικνύεται ότι δεν ησυχάζει το παιδί και έτσι θα πρέπει να διερευνήσουμε τους λόγους που οδηγούν το παιδί να κάνει αυτή την ερώτηση. Πάντως κάθε παιδί αναζητά την αποκλειστική αγάπη των γονιών του και δεν του αρκεί η παραπάνω απάντηση. Πρέπει λοιπόν να κάνουν το παιδί να νοιώσει μοναδικό και ότι το κάθε παιδί έχει

διαφορετική προσωπικότητα που και για αυτήν το αγαπά μοναδικά ο γονιός ου. Μπορείτε λοιπόν να του πείτε: «Για μένα είσαι μοναδικός. Σε αγαπώ, όπως δε θα μπορούσα να αγαπήσω κανέναν άλλο.

Ένα ζήτημα που απασχολεί επίσης τους γονείς είναι το αν θα πρέπει να παρεμβαίνουμε όταν τα παιδιά τσακώνονται. Τελικά η παρέμβαση βοηθάει ή μια περισσότερη παθητική στάση είναι η πιο σωστή;

Και ενώ οι γονείς, ενστικτωδώς, υποστηρίζουν το μικρότερο παιδί σ ένα καβγά για να προστατέψουν το παιδί που θεωρούν πιο αδύναμο, θα πρέπει να λάβουν υπόψη ότι παίρνοντας το μέρος ενός από τα παιδιά, αδικούν το άλλο. Είναι καλό να μην είναι επικριτικοί ως προς τα παιδιά και να δείχνουν συνεχώς την αγάπη τους ενώ κάθε βράδυ να επιλύονται οι διαφορές που δημιουργούνται στη διάρκεια της μέρας.

## **7. ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΑΓΩΓΗ**

### **7.1 ΣΤΑΔΙΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ**

#### **7.1.1 Επίγνωση συναισθημάτων**

Η επίγνωση των συναισθημάτων είναι πολύ απλά η αναγνώριση και η έκφρασή τους. Ακόμη σημαίνει ότι ευαισθητοποιούμαστε στην εκδήλωση των συναισθημάτων των άλλων. Το παραπάνω εξαρτάται από παράγοντες όπως το πολιτισμικό περιβάλλον που μεγαλώνουμε αλλά και το επίπεδο της συναισθηματικής μας νοημοσύνης. Αγόρια και κορίτσια δεν φαίνεται να διαφέρουν ως προς αυτό. Οι συναισθηματικές τους εμπειρίες φαίνεται από έρευνες ότι είναι παρόμοιες. Ο Gottman (1997) αναφέρει ότι το παραπάνω σημαίνει και επίγνωση των διαφορετικών επιπέδων της συναισθηματικής αφύπνισης ενώ η γνώση αυτή των συναισθημάτων μας προυποθέτει ένα βαθμό απομόνωσης, και χρόνο με τον εαυτό μας. Τα παιδιά αποκαλύπτουν τα συναισθήματά τους πολύ συχνά μέσα από τα φανταστικά τους παιχνίδια. Όσοι γονείς επαγρυπνούν, μπορούν να ακούσουν τους φόβους των παιδιών τους. Επίσης είναι γνωστό ότι το παιχνίδι αποτελεί τρόπο για την αναγνώριση του συναισθήματος της ζήλιας στο παιδί κυρίως μέσα στο περιβάλλον του νηπιαγωγείου. Ο παιδαγωγός λοιπόν προσπαθεί να εντοπίσει εάν και τι ακριβώς ζηλεύει το παιδί και προσπαθεί πάλι μέσα από το παιχνίδι να αμβλύνει το συναίσθημα αυτό και να το μετατρέψει σε θετικό και εποικοδομητικό.

#### **7.1.2 Αξιοποίηση συναισθημάτων**

Οι κρίσεις εμπειρέχουν ευκαιρίες. Σύμφωνα με τον Gottman (1997) «η πρόωμη διάγνωση των συναισθημάτων αποτρέπει τη μεταγενέστερη κλιμάκωση τους και τις εκρηκτικές καταστάσεις» (σελ. 111-112).

### **7.1.3 Ακρόαση με ενσυναίσθηση**

Σύμφωνα με τον Denham (1998) η ενσυναίσθηση εξαρτάται από τους εξής παράγοντες: ομοιότητα με το 'θύμα', επικέντρωση της προσοχής στην κατάσταση, το γενικότερο πλαίσιο, το φύλο του 'θύματος', το ατομικό συναισθηματικό προφίλ, τη συναισθηματική εκφραστικότητα και από τις θετικές αλληλεπιδράσεις με τους συνομηλίκους. Η ενσυναίσθηση είναι ο θεμέλιος λίθος της συναισθηματικής αγωγής.

Ο Gottman (1997) αναφέρει ότι « το κλειδί της ενσυναίσθησης είναι η ικανότητα αποκωδικοποίησης των μη λεκτικών στοιχείων της επικοινωνίας». (σελ.149). «Ενσυναίσθηση είναι η ικανότητα να βάζεις τον εαυτό σου στη θέση του άλλου.» (σελ. 92). «Ο ενσυναισθητικός ακροατής επιστρατεύει όλες του τις αισθήσεις και τη φαντασία του. Αναδιατυπώνει με ήρεμο τρόπο τα όσα ακούει. Εστιάζει στη γλώσσα του σώματος» (σελ.113).

### **7.1.4 Βοήθεια για λεκτική έκφραση συναισθημάτων**

Μέσω της λεκτικής έκφρασης των συναισθημάτων, το παιδί μπορεί να τοποθετήσει ένα άβολο και δυσάρεστο συναίσθημα μέσα στα πλαίσια της καθημερινότητας του, να του δώσει μια λογική υπόσταση, να καταλάβει ότι είναι ένα φυσικό και αναπόσπαστο κομμάτι της ζωής. Και όσον αφορά τη ζήλια το ότι αποτελεί ένα φυσιολογικό συναίσθημα θα πρέπει να αποτελεί οδηγό για να μπορέσει και το οικογενειακό αλλά και το σχολικό περιβάλλον του παιδιού. Για τον Gottman (1997) «όταν δείχνουμε ενσυναίσθηση και χαρακτηρίζουμε ένα συναίσθημα, τότε φανερώνουμε το βαθμό κατανόησης μας και μορφοποιούμε, 'σωματοποιούμε' το συναίσθημα, το εκλογικεύουμε. «Ο λόγος δρα συχνά κατευναστικά και αποσυμφορητικά». (σελ.118-119).

### **7.1.5 Οριοθέτηση**

Η οριοθέτηση σύμφωνα με τον Gottman (1997) έγκειται στα εξής:

- α. θέσπιση ορίων: Τα παιδιά πρέπει να καταλαβαίνουν την κακή συμπεριφορά τους. Είναι απαραίτητη η αποδοχή της παιδικότητας του παιδιού από την πλευρά των γονέων. Η μέθοδος της απομάκρυνσης από το ερέθισμα (time-out) είναι ιδιαίτερα αποδοτική για τη θέσπιση ορίων, εφόσον χρησιμοποιείται σωστά. Πρέπει οι γονείς να έχουν υπόψη τους ότι δεν πρέπει να θίγεται η αξιοπρέπεια και η αυτοεκτίμηση των παιδιών
- β. καθορισμός στόχων: ενθαρρύνουμε το παιδί να μιλήσει, να εκφραστεί και να σκεφτεί
- γ. σκέψεις για πιθανές λύσεις: Αυτό μπορεί να επιτευχθεί μόνο μέσω της συνεργασίας, μέσα από μια διαδικασία καταιγισμού ιδεών.
- δ. εκτίμηση προτεινόμενων λύσεων με βάση τις οικογενειακές αξίες (Gottman: 125-126). ε. βοήθεια στο παιδί για επιλογή λύσης: Όταν τα παιδιά επιλέξουν μια λύση που δεν αποδίδει, τότε τα βοηθούμε να ανακαλύψουν τι πήγε στραβά και να αναζητήσουν εναλλακτικές λύσεις

## **7.2 ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΕΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ**

Τα άτομα αναπτύσσουν συγκεκριμένες συναισθηματικές δεξιότητες μέσα από την κατάλληλη διαπαιδαγώγηση που μπορεί να πραγματοποιηθεί μέσα στο σχολείο. Η ικανότητα του ατόμου να εκφράζει τα συναισθήματά του στους άλλους με σαφήνεια ονομάζεται «συναισθηματική επάρκεια». Επιπλέον ένας πιο ευρύς όρος που χρησιμοποιείται είναι «ψυχοκοινωνική επάρκεια» 28 που δηλώνει την ικανότητα του ατόμου να αντιμετωπίζει τις προκλήσεις της καθημερινότητας .

Το πρόγραμμα συνεπώς της συναισθηματικής ανάπτυξης έχει ως στόχο την ανάπτυξη δεξιοτήτων όπως η αναγνώριση της συναισθηματικής κατάστασης του άλλου, η διαφοροποίηση των συναισθημάτων με βάση το πολιτισμικό πλαίσιο, η χρήση κατάλληλου λεξιλογίου ανάλογα με την κουλτούρα, η ενσυναίσθηση, η γνώση ότι η συναισθηματική κατάσταση κάποιου δεν εκδηλώνεται πάντα, η γνώση στρατηγικών αυτορρύθμισης αρνητικών συναισθημάτων, η αποδοχή των συναισθημάτων των άλλων κ.α.

Οι πιο πάνω συναισθηματικές δεξιότητες και κυρίως αυτή της ενσυναίσθησης βοηθά το παιδί να κατανοήσει τα συναισθήματα και των

άλλων που το περιβάλλουν και να κατανοήσει και τα συναισθήματα των συνομηλίκων του όσον αφορά τη ζήλια έτσι ώστε να μπορέσει να μην το εκδηλώνει με άσχημο και βίαιο τρόπο.

Η μη εμφάνιση συναισθηματικών δεξιοτήτων μπορεί να οδηγήσει σε προβληματικές συμπεριφορές απέναντι στους άλλους. Στην αντιμετώπιση και στο χειρισμό συναισθηματικών διαταραχών απαιτείται προσεκτική προσέγγιση από την πλευρά του εκπαιδευτικού εφόσον το παιδί παρουσιάζει έλλειψη δεξιοτήτων και χρειάζεται να κάνει σημαντικές εσωτερικές αλλαγές (Καλαντζή-Αζίζι & Μπεζεβέγκης, 2000).

Τέτοια παιδιά συναντάμε σε τάξεις με δείγματα κοινωνικών αναστολών και δυσκολιών προσαρμογής σε όλους τους τομείς ανάπτυξής τους αλλά και στις διαπροσωπικές τους σχέσεις. Συναισθήματα χαμηλής αυτοαντίληψη και αυτοελέγχου κατακλύζουν τα παιδιά αυτά. Υπάρχει ο κίνδυνος να παρουσιάσουν διαταραχές στην συναισθηματική τους ανάπτυξη. Πρόκειται για «κλειστά» και «εσωστρεφή» άτομα που είναι υπερευαίσθητα στην κριτική ή την αποτυχία.

Στο σχολείο ο εκπαιδευτικός ασχολείται και αφιερώνει μεγάλο μέρος του χρόνου στην αντιμετώπιση των συναισθηματικών δυσκολιών που αντιμετωπίζουν οι μαθητές. Η ενασχολησή τους μάλιστα στο κομμάτι αυτό, είναι ουσιώδης αφού όλο και περισσότερα παιδιά εμφανίζουν τέτοια προβλήματα συναισθηματικής φύσης. Ένα από τα προβλήματα αυτά είναι και η ζήλια. Προσπαθεί λοιπόν σύμφωνα πάντα με το γνωστικό και θεωρητικό υπόβαθρό του αλλά και την εμπειρία του να αντιμετωπίσει τη ζήλια απέναντι στα συνομήλικα παιδιά χρησιμοποιώντας εκπαιδευτικές πρακτικές και μεθόδους. Η πρόληψη αποτελεί σημαντικό κομμάτι και πιο αποτελεσματικό από την θεραπεία. Ο εκπαιδευτικός προσπαθεί με διάφορες εξειδικευμένες στρατηγικές και τεχνικές να αντιμετωπίσει τέτοια θέματα. Ένας από τους τρόπους πρόληψης είναι οι δεξιότητες που θα πρέπει να αποκτήσουν ή να καλλιεργήσουν οι μαθητές για να είναι έτοιμοι να αντιμετωπίσουν τα προβλήματα που τους παρουσιάζονται.

Η συναισθηματική νοημοσύνη σε κάθε επίπεδο επικοινωνίας είτε στο σχολείο, στην ευρύτερη κοινωνία θα μπορέσει να επιτευχθεί ο έλεγχος των συναισθηματικών αντιδράσεων των ατόμων. Εκπαιδευτικά προγράμματα που να προσανατολίζονται στην προαγωγή της συναισθηματικής μάθησης, ολοένα

και περισσότερο απασχολούν τους εκπαιδευτικούς, βλέποντας μαθητές να επηρεάζονται από την συμπεριφορά των υπόλοιπων μαθητών μέσα στην τάξη. Η λύση είναι η ανάπτυξη μια υγιούς σχέσης αλληλεπιδράσεων μεταξύ των ατόμων. Σχολεία που εφαρμόζουν παρόμοια προγράμματα είχαν θετικά αποτελέσματα και λιγότερες πιθανότητες εμφάνισης δυσκολιών.

Το μοντέλο των Eisenberg, Fabes, Guthrie, & Reiser (2002) αναπτύσσει τρεις παραμέτρους της συναισθηματικής αυτορρύθμισης, την συστολή σε ύψιστο βαθμό, την αδυναμία ελέγχου και την αυτορρύθμιση σε κανονικά επίπεδα. Το τελευταίο είναι και το επιθυμητό, τα παιδιά αυτά είναι ιδιαίτερα δημοφιλή και κοινωνικά στις συναναστροφές τους με τους άλλους. Οι κυριότερες στρατηγικές συναισθηματικής αγωγής είναι οι εξής σύμφωνα με τον Gottman (1997):

1. Να αποφεύγονται τα ταπεινωτικά σχόλια, ο χλευασμός, οι προσβολές, η υποτίμηση. Προσπαθούμε να μην περιγελούμε τα παιδιά, να μην τα αποπαίρνουμε, να μην τα ετικετοποιούμε, επιβάλλοντας σε αυτά μια εξωκατευθυνόμενη ταυτότητα.
2. Χρησιμοποιούμε την κλιμάκωση και τον έπαινο. Η κλιμάκωση περιγράφει την αξιοποίηση των μικρών επιτυχιών του παιδιού για την επίτευξη ενός ανώτερου στόχου, για τη σταδιακή μετάβαση σε ένα επόμενο στάδιο.

Ειδικά για την αντιμετώπιση της ζήλιας το παραπάνω θεωρείται θεμιτό και καλό να γίνεται για να μπορέσει το παιδί να αποκτήσει αυτοεκτίμηση και αυτογνωσία έτσι ώστε να αντιμετωπίσει προβλήματα που έχει. Ανακάλυψη αυτογνωσία αυτοκυριαρχία αυτοεκτίμηση. Συναισθηματική και κοινωνική επιδεξιότητα, Κοινωνική και συναισθηματική μάθηση: μια προσέγγιση πρόληψης και αντιμετώπισης των συναισθηματικών και συμπεριφορικών δυσκολιών των μαθητών στο σχολείο (Τριλίβα, & Chimienti, 2002).

3. Αγνοούμε τις γονεϊκές προτεραιότητες. Παραβλέπουμε δηλαδή ή αναβάλλουμε τη γονεϊκή μας ατζέντα, την ημερήσια διάταξη στόχων που έχουμε θέσει, προκειμένου να ευδοκιμήσει μια στενότερη, ενσυναισθητική σχέση με τα παιδιά.
4. Δημιουργούμε νοερά ένα χάρτη της καθημερινής ζωής του παιδιού. Έτσι γνωρίζουμε πρόσωπα και πράγματα της καθημερινότητας του και μπορούμε να διερευνήσουμε αίτια και πηγές συναισθημάτων, χαρτογραφώντας όλα τα μικροπεριβάλλοντα στα οποία κινείται το παιδί.

5. Αποφεύγουμε τη σύνταξη με τον εχθρό. Όταν παίζουμε το 'δικηγόρο του διαβόλου' και υποστηρίζουμε μονίμως την αντίθετη πλευρά, το φορέα δηλαδή της εξουσίας, του κύρους και της αυθεντίας, τότε το παιδί νιώθει απομονωμένο και προδομένο από τους γονείς του. Η συμφωνία με το παιδί δεν είναι απαραίτητα ο στόχος όσο η επίδειξη κατανόησης και ενσυναίσθησης.
6. Σκεφτόμαστε τις εμπειρίες των παιδιών συγκριτικά με παρόμοιες εμπειρίες ενηλίκων. Μέσω αυτής εξομοίωσης, υποβοηθούμε την ενσυναίσθηση και τη συμπόνια απέναντι στο παιδί. Έτσι και στην αντιμετώπιση της ζήλιας θα μπορούσαμε να εξομοιώσουμε μια δική μας κατάσταση όπου ζηλέψαμε κάτι ή κάποιον και να πούμε στο παιδί πώς το αντιμετωπίσαμε για να του δώσουμε έναυσμα να πράξει κάτι παρόμοιο.
7. Προσπαθούμε να μην επιβάλλουμε δικές μας λύσεις στα προβλήματα του παιδιού.
8. Ενδυναμώνουμε το παιδί, προσφέροντας του επιλογές και σεβόμενοι τις επιθυμίες του. Συχνά αγνοούμε παντελώς τις επιθυμίες του παιδιού και το παιδί αφήνεται έρμαιο σε μια πιεστική και ραγδαία καθημερινότητα επί της οποίας δεν έχει κανέναν έλεγχο, αδυνατώντας να αντιδράσει. Η δυνατότητα επιλογής οικοδομεί ένα αίσθημα υπευθυνότητας και αυτοεκτίμησης.
9. Συμμεριζόμαστε τα όνειρα και τη φαντασία του παιδιού. Έτσι εκπέμπουμε στο μήκος κύματος του παιδιού
10. Δείχνουμε ειλικρίνεια στο παιδί.
11. Ανάγνωση παιδικής λογοτεχνίας. Έτσι εμπλουτίζεται το λεξιλόγιο και το συναισθηματικό ρεπερτόριο του παιδιού και προσφέρονται εναύσματα για γόνιμες συζητήσεις και για αλληλοπροσέγγιση.
12. Υπομονή: δίνουμε χρόνο στο παιδί να εκφράσει τα συναισθήματα του. Η απουσία λόγου συχνά επιβάλλεται και μόνο η φυσική παρουσία δρα υποστηρικτικά.
13. Κατανόηση θεμελίων γονεϊκής εξουσίας. Ο σεβασμός, η στοργή, ο συναισθηματικός δεσμός και όχι η εξουσία, οι απειλές και οι τιμωρίες αποτελούν τη βάση της γονεϊκής εξουσίας.
14. Δεν πρέπει να ξεχνάμε τη θετική φύση της ανάπτυξης του ατόμου. Κάθε παιδί κρύβει μέσα του ένα ευοίωνο, θετικό δυναμικό εξέλιξης και ανάπτυξης,



έχει μια έμφυτη καλοσύνη. Αυτές οι έμφυτες, εγγενείς εσωτερικές δυνάμεις στέκονται αρωγοί στη διαπαιδαγώγηση.

-Στρατηγικές στο σπίτι

Έχουν προταθεί τρεις μηχανισμοί κοινωνικής μάθησης (Halberstadt, 1991 ; Denham, 1998) τρεις όψεις της κοινωνικοποιητικής διαδικασίας, που εμπλέκονται στη συναισθηματική κοινωνικοποίηση: μοντελοποίηση/απεικόνιση (modeling), εκγύμναση (coaching) και απρόσμενη εξέλιξη (contingency).

Οι τρεις αυτοί μηχανισμοί περιγράφουν το πώς οι φορείς της κοινωνικοποίησης

1. δείχνουν ή δεν δείχνουν τα συναισθήματα τους,
2. πώς διδάσκουν ή δεν διδάσκουν τα συναισθήματα,
3. πώς αντιδρούν ή δεν αντιδρούν στα συναισθήματα των άλλων.

Αναλυτικότερα: Μοντελοποίηση σύμφωνα με τον Denham το 1998 τα παιδιά αντλούν πληροφορίες από τα συναισθήματα που εκφράζουν οι γονείς τους. Τους δίνουν έτσι την ευκαιρία να πάρουν πληροφορίες και να μιμηθούν ή να αντιγράψουν εκφραστικά μέσα και τρόπους αντίδρασης όπως κάνουν οι γονείς τους. Έτσι και όσον αφορά τη ζήλια που νοιώθουν τα παιδιά για τα άλλα παιδιά ή τα αδέρφια τους, οι γονείς θα μπορέσουν να αποτελέσουν παράδειγμα για τον τρόπο αντιμετώπισης παρόμοιων καταστάσεων. Να παραδειγματίσουν και να παραλληλίσουν τον τρόπο που φέρονται σε καταστάσεις ζήλιας. Δηλαδή μαθαίνουν με έμμεσο τρόπο πώς πρέπει να αντιδρούν σε κάθε περίπτωση και ποια τα αποδέχεται η οικογένεια. Οι γονείς διαμορφώνουν ένα συνολικό περιβάλλον για το παιδί, δίνουν το συναισθηματικό 30 'τόνο'. Το συναισθηματικό κλίμα που επικρατεί στο πλαίσιο της οικογένειας προσδιορίζει στοιχεία της διαμόρφωσης της προσωπικότητας του παιδιού.

Οι Tomkin και Malatesta(1988) διακρίνουν τέσσερα είδη συναισθηματικού περιβάλλοντος:

- α. Μονοπωλιακό πρότυπο (monopolistic pattern): Ένα μόνο συναίσθημα κυριαρχεί, πχ ο θυμός,
- β. Πρότυπο εισβολής (intrusion pattern): ένα έλασσον στοιχείο εισβάλλει και εκτοπίζει ένα κυρίαρχο συναίσθημα.

γ. Πρότυπο ανταγωνιστικού συναίσθηματος (competitive affect model): Ο γονιός ταλαντεύεται ανάμεσα σε δύο αλληλοσυγκρουόμενες, αντιθετικές μεταξύ τους προσωπικότητες, με απότομες μεταπτώσεις.

δ. Πρότυπο σ ισορροπίας (affective balance pattern): Οι γονείς δείχνουν πλούσια συναίσθημα και εκφραστικότητα. Οι γονείς είναι ικανοί να κατανοήσουν τη συναισθηματική ποικιλότητα που εκφράζεται μέσα από τις κοινωνικές συναλλαγές.

### **7.3 ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΚΑΙ ΚΡΙΤΙΚΗ ΑΠΟΤΙΜΗΣΗ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ**

Σύμφωνα με τον Denham (1998) τα παιδιά γίνονται ικανότεροι κοινωνικοί εταίροι, καλύτεροι σύντροφοι στο παιχνίδι με συνομηλίκους, υψηλός βαθμός δημοφιλίας. Αποτελεσματικότερη ρύθμιση διαπροσωπικών σχέσεων. Χειρίζονται καλύτερα τη συναισθηματική γλώσσα, η οποία κατέχει κεντρική θέση στην κοινωνική επιτυχία, αφού αξιοποιείται όταν το παιδί ζητάει παρηγοριά ή παρηγορεί, όταν πειράζει, διαπραγματεύεται, αστειεύεται.

Για τον Gottman το 1997, η συναισθηματική αγωγή μπορεί να συμβάλλει στην αντιμετώπιση της οργής και της λύπης που μπορεί να βιώσει το παιδί λόγω της απόρριψης από τους συνομηλίκους

Για τον Soufre (1993) τα παιδιά με ιστορικό ασφαλούς συναισθηματικής σύνδεσης έχουν προοπτικές να εκφράζονται συναισθηματικά στο μέλλον, να εκδηλώνουν φιλομάθεια, διάθεση για εξερεύνηση, περιέργεια. Είναι ευέλικτα και ευπροσάρμοστα και ρυθμίζουν τις συναισθηματικές τους αντιδράσεις ανάλογα με το περιστασιακό πλαίσιο. Αποκτούν συναισθηματική ανεξαρτησία. Όπως ο ίδιος αναφέρει: «Τα παιδιά είναι αυτάρκη συναισθηματικά, αντλούν από τα δικά τους εσωτερικά αποθέματα. Χαρακτηρίζονται από υψηλό αίσθημα αυτοσεβασμού» (σελ. 477).

Για τον ίδιο: «δίνουν αξία στις σχέσεις με τα άλλα παιδιά και επιδεικνύουν μεγαλύτερη ικανότητα δέσμευσης και συναισθήματα εγγύτητας» (σελ.484-485). Κάποια από τα αποτελέσματα της συναισθηματικής αγωγής είναι και τα εξής: συναισθηματική αυτοεπίγνωση: βελτίωση στην αναγνώριση

και στο χαρακτηρισμό των συναισθημάτων, ικανότητα κατανόησης αιτίων. Στο επίπεδο του χειρισμού των συναισθημάτων: έλεγχος του θυμού και της απογοήτευσης, αποφυγή συγκρούσεων και φραστικών προσβολών, περιορισμός επιθετικής και αυτοκαταστροφικής συμπεριφοράς, αντιμετώπιση άγχους, σωστή εκτόνωση και έκφραση του θυμού, δημιουργική χαλιναγωγήση συναισθημάτων. Καλλιεργείται η ενσυναίσθηση: ευαισθησία στα συναισθήματα των άλλων, προσεκτική ακρόαση. ρύθμιση διαφωνιών, επιδεξιότητα στην επικοινωνία, πιο συμπονετικοί, ικανότητα εναρμόνισης μέσα σε ομάδες, δημοκρατικότητα στις συναναστροφές.

Κατά τον Gottman το 1997 : « τον 20ο αιώνα πραγματοποιήθηκε μια μετάβαση από το αυταρχικό σε ένα διαλεκτικό, «ευαίσθητο» μοντέλο διαπαιδαγώγησης, κάτι στο οποίο συνέβαλλε και η πρόοδος στην παιδοψυχολογία» (σελ. 43).

Η καλοσύνη, η θαλπωρή, η υπομονή, σύμφωνα με τον Gottman το 2000, αποτελούν καλύτερα μέσα διαπαιδαγώγησης από τη χειροδικία, αν επιθυμούμε να διαμορφώσουμε συναισθηματικά υγιή παιδιά. Οι γονείς δεν πρέπει να υπαγορεύουν στα παιδιά πως πρέπει να αισθάνονται, αλλά να σέβονται τα δικά τους συναισθήματα. Πρέπει να θέτουν όρια στις πράξεις, όχι όμως και στα συναισθήματα. Για τον ίδιο «η συναισθηματική αγωγή δεν αποτελεί μαγική συνταγή, ούτε πανάκεια για όλες τις προβληματικές περιπτώσεις» (σελ. 159).

Ο Gottman το 1997 επιπλέον αναφέρει ότι τα παιδιά έχουν καλύτερη υγεία, υψηλότερες σχολικές επιδόσεις, ποιοτικότερες και σταθερότερες φιλίες, μικρότερη ροπή σε βίαιες πράξεις, συναισθηματική υγεία, βιώνουν περισσότερα θετικά συναισθήματα, είναι πιο ευέλικτα και ευπροσάρμοστα, ειδικά σε καταστάσεις κρίσεων. Όταν τα αρνητικά συναισθήματα αμβλύνονται τότε μπορούν να μετατραπούν και σε θετικά και να βοηθήσουν τα παιδιά να νοιώσουν καλύτερα και πιο ώριμα συναισθηματικά. Η ζήλια θα μπορέσει να μην είναι τόσο έντονη και να κατανοηθεί ως φυσιολογική και θεμιτή. Επιπλέον θωρακίζονται πιο αποτελεσματικά απέναντι στα συναισθηματικά τραύματα και χτίζεται ένας συναισθηματικός δεσμός και τα λόγια έχουν βαρύτητα. Επιπλέον θωρακίζονται πιο αποτελεσματικά απέναντι στα συναισθηματικά τραύματα και χτίζεται ένας συναισθηματικός δεσμός και τα λόγια έχουν βαρύτητα.

## 7.4 ΜΕΙΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ

Σύμφωνα με τον Coleman (1998) δεν βρέθηκαν άμεσα αρνητικά αποτελέσματα που προκύπτουν από την συναισθηματική αγωγή. Το πεδίο όμως αυτό πρόκειται για σχετικά σύγχρονο όσον αφορά την οικογένεια και το σχολείο και έτσι περαιτέρω διερεύνηση θεωρείται απαραίτητη προκειμένου να εξαχθούν εμπειριστατωμένα συμπεράσματα.

Παρόλ' αυτά τα αρνητικά αποτελέσματα από την μη εφαρμογή της συναισθηματικής αγωγής τα οποία είναι εξίσου σημαντικά με τα πλεονεκτήματα της είναι τα παρακάτω.

A) Όσον αφορά το χώρο του σχολείου η έλλειψη καθόδων συναισθηματικής αγωγής συντελεί σε μια διδασκαλία απομακρυσμένη από τα ενδιαφέροντα των μαθητών και αποσυνδεδεμένη από τον πραγματικό τους κόσμο. Δίνεται ιδιαίτερη έμφαση στο αποτέλεσμα και όχι στη διαδικασία, με αποτέλεσμα να τονίζονται τα όσα δεν κατάφεραν οι μαθητές και όχι τα όσα είναι σε θέση να επιτύχουν. Συνακόλουθα αυτό το μη ελκυστικό περιβάλλον μάθησης προκαλεί τάσεις φυγής των μαθητών από την εκπαιδευτική διαδικασία.

B) Από έρευνες που έχουν γίνει και αφορούν την κοινωνικότητα των παιδιών Cole & Cole, (2002) επισημαίνεται ότι τα απομονωμένα παιδιά είναι και αυτά που δεν αντιλαμβάνονται ή ερμηνεύουν λάθος τα συναισθήματα των υπολοίπων παιδιών. Επίσης συνήθως τα μη δημοφιλή παιδιά είναι αυτά που εκδηλώνουν επιθετική συμπεριφορά και προσπαθούν να ελέγξουν με αυτό τον τρόπο και την υπόλοιπη ομάδα. Το συναίσθημα της ζήλιας στα παιδιά αυτά είναι πιο έντονο και εκδηλώνεται με βίαιο τρόπο. Προσπαθώντας να αναδειχθούν σε μια ομάδα παιδιών και επειδή ζηλεύουν έντονα τα παιδιά που είναι αποδεκτά και επιβραβεύονται, φέρονται με τρόπο, πολλές φορές, κατακριτέο. Η έλλειψη δηλαδή συναισθηματικής αγωγής έχει αρνητικά αποτελέσματα τόσο στις διαπροσωπικές σχέσεις όσο και στη σχέση του παιδιού με τον εαυτό του καθώς παρατηρήθηκε ότι τα παιδιά που δεν βιώνουν ικανοποιητικές σχέσεις με τους συνομηλίκους σχηματίζουν αρνητική εικόνα για τον εαυτό.

Γ) Η έλλειψη συναισθηματικής αγωγής στο οικογενειακό πλαίσιο επιβαρύνει τις διαπροσωπικές σχέσεις των μελών της αλλά και την ψυχική ισορροπία του κάθε μέλους καθώς μπορεί να βιώνει αισθήματα απόρριψης και αναποτελεσματικότητας όσων αφορά το ρόλο του.(Coleman, 2000). Επιπρόσθετα η έλλειψη συναισθηματικής στήριξης και κατανόησης επηρεάζει αρνητικά το άτομο το οποίο αισθάνεται ότι δεν κατανοούνται οι ανάγκες και τα θέλω του με άμεση συνεπεία την έλλειψη αυτοπεποίθησης αλλά και την στροφή σε μη αποδεκτές συμπεριφορές προκειμένου να τραβήξει την προσοχή των γονέων του.\_Το παιδί προσπαθώντας να γίνει αποδεκτό και αγαπητό από τους γονείς και μιας και δεν λαμβάνει την συναισθηματική αγωγή εφόσον οι γονείς δεν έχουν τις απαραίτητες γνώσεις να το κάνουν αυτό, καταλήγει σε συμπεριφορές μη κοινωνικά αποδεκτές Η απουσία συναισθηματικής αγωγής έχει αρνητικές επιπτώσεις: απομόνωση και κοινωνικά προβλήματα, μυστικοπάθεια, παθητικότητα/άγχος και κατάθλιψη, μοναξιά, νευρική κατάσταση, λύπη, φόβοι και ανησυχίες, αίσθημα καταπίεσης/προβλήματα συγκέντρωσης, ονειροπόληση, ιδεοληψίες/επιθετικότητα, άσχημη συμπεριφορά, ευερεθιστότητα.

Για τον Goleman (1998) παρατηρείται μια γενικότερη «τοξικότητα που δηλητηριάζει το συναισθηματικό κόσμο» και σηματοδοτεί μια συναισθηματική δυσφορία. Η οικονομική καταπόνηση των οικογενειών και η συνακόλουθη πολύωρη εργασία των γονέων συνθλίβει τις δυνατότητες επικοινωνίας και συναισθηματικής αλληλεπίδρασης με το παιδί, με αποτέλεσμα να φθίνουν οι συναισθηματικές δεξιότητες του. Έτσι «προκύπτουν κοινωνικά κωφά παιδιά που αδυνατούν να ερμηνεύσουν τα συναισθήματα και να ανταποκριθούν σε αυτά» (σελ.347). Εκδηλώνουν επιθετικότητα, στερούνται ενσυναίσθησης.

Για τον Soufre (1999) η αναστάτωση του άλλου τους προκαλεί σύγχυση. Τα αρνητικά συναισθήματα και η έλλειψη θετικής συναισθηματικής στήριξης από το περιβάλλον οδηγεί σε προβλήματα συμπεριφοράς.

Σύμφωνα με τον Denham (1998): «Όταν ένα παιδί δε διέρχεται με επιτυχία από όλα τα στάδια συναισθηματικής ανάπτυξης και καλλιέργειας των συναισθηματικών δεξιοτήτων, τότε είναι πιο επιρρεπές σε μελλοντική εκδήλωση ψυχοπαθολογίας» (σελ. 15).

Σύμφωνα με τους Elias et al (1997) η συναισθηματική ικανότητα είναι η ικανότητα να κατανοεί, να διαχειρίζεται, να εκφράζει τις συναισθηματικές

πλευρές της ζωής του για να επιτύχει πιο αποτελεσματική διαχείριση των «έργων ζωής» όπως την μάθηση, την επίλυση προβλημάτων, την δημιουργία σχέσεων και την προσαρμογή με δύσκολες περιστάσεις.

Αυτό που συμβαίνει με την εφαρμογή της συναισθηματικής αγωγής είναι η μάθηση για ανάπτυξη δεξιοτήτων και από τα παιδιά αλλά και από τους γονείς και ενήλικες , για να μπορέσουν να διαχειριστούν τις συναισθηματικές τους αντιδράσεις.Ιδιαίτερο βάρος δίνεται στην διαχείριση των συναισθημάτων, την υπευθυνότητα, την αποδοχή και τον σεβασμό του άλλου και την αντιμετώπιση προκλητικών καταστάσεων (Elias, Zins, Weissberg, Frey, Greenberg, Haynes, Kessler, SchwabStone,& Shrive,1997).

Με το πρόγραμμα συναισθηματικής νοημοσύνης αυτό που στοχεύουμε είναι να αναπτυχθεί η αυτοεκτίμηση του παιδιού, να επιτευχθεί η επικοινωνία του παιδιού με τους συνομηλίκους του και τους ενήλικες, να καλλιεργηθεί ο αυτοσεβασμός και ο σεβασμός στον άλλον, η αυτογνωσία και η συνεργασία.

Με την ανάπτυξη όλων των παραπάνω δεξιοτήτων, θα μπορέσει το παιδί να αμβλύνει και αρνητικά συναισθήματα όπως αυτό της ζήλιας. Θα μπορέσει να γνωρίσει καλύτερα πτυχές του εαυτού του, να έχει αυτοπεποίθηση και γνώση των δυνατοτήτων του. Θα αποκτήσει αυτογνωσία και θα ενισχυθεί η αυτοπεποίθησή του.

Σύμφωνα με τον Ballard (1982), εφαρμόζοντας ένα τέτοιο πρόγραμμα αναπτύσσονται η αυτογνωσία, η αντίληψη δυνατοτήτων και αδυναμιών, οι συναισθηματικές δεξιότητες, αναγνώριση των συναισθημάτων τους και κοινωνικές δεξιότητες, σχέσεις με τους συνανθρώπους τους (Πλωμαρίτου, Β. ,2004). Φυσικά το ενδεχόμενο εμφάνισης προβλημάτων συναισθηματικής ανάπτυξης και ωριμότητας σε παιδιά με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες είναι πολύ πιο πιθανό και αναμενόμενο. Τα παιδιά που δεν έχουν νιώσει αυτό το δεσμό με την μητέρα τους από την πρώτη στιγμή της γέννησης τους, όπως προαναφέρθηκε δυσκολεύονται να εκδηλώσουν τα συναισθήματά τους και να αναπτύξουν κοινωνικές σχέσεις. Αυτό εντείνεται ακόμη περισσότερο να εμφανίζεται σε περιπτώσεις παιδιών που γεννήθηκαν παρουσιάζοντας τέτοιου είδους προβλήματα. Συνεπώς οι πιθανότητες αυξάνονται σε αυτές τις περιπτώσεις παιδιών που εμφανίζουν παράλληλα με τα συναισθηματικά προβλήματα και προβλήματα συμπεριφοράς.

Τα αποτελέσματα από την εφαρμογή τέτοιων προγραμμάτων έδειξαν ότι τα παιδιά μπόρεσαν να δημιουργήσουν μια θετική εικόνα για τον εαυτό τους και τους άλλους, να δέχονται καταστάσεις που δεν μπορούν να αλλάξουν, να βελτιώνουν αυτές που δεν μπορούν, να αντιμετωπίζουν φόβους και αναστολές, να μιλούν ελεύθερα, να μην επικρίνουν, να συνειδητοποιούν τις ανάγκες τους, να περιμένουν με υπομονή την σειρά τους, να σέβονται τον άλλον όταν μιλάει, να αντιμετωπίζουν με θάρρος τα προβλήματα τους και να είναι αισιόδοξα.

Πρωθώντας ένα πρόγραμμα συναισθηματικής νοημοσύνης επιτυγχάνεται η μάθηση και η ακαδημαϊκή επίδοση, μέσα από την συνεργασία των παιδιών παρά τον ανταγωνισμό. Η ασφάλεια και η συναισθηματική πληρότητα ενεργοποιούν περιοχές του εγκεφάλου που ενδυναμώνουν την μνήμη, την προσοχή και την μάθηση.

Ο εκπαιδευτικός είναι αυτός που συναναστρέφεται στον περισσότερο χρόνο μαζί τους, συνεπώς το βάρος της ευθύνης για την καλλιέργεια δεξιοτήτων πέφτει πάνω του. Οι ικανότητες, οι γνώσεις και οι πρακτικές που απαιτούνται να έχει ο εκπαιδευτικός σηματοδοτούν την ύπαρξη ενός ενεργητικού εκπαιδευτικού που δεν φοβάται να αλλάξει ακόμη και τον τρόπο δράσης του μέσα στην τάξη αλλά και της μέχρι πρότινος συμπεριφοράς του. Διαφορετικά όπως ανέφεραν η εφαρμογή των προγραμμάτων δεν φέρνει τα επιθυμητά αποτελέσματα και χαρακτηρίζεται από αποσπασματικότητα. Ο εκπαιδευτικός θα προσπαθήσει να οικοδομήσει επιπρόσθετα με την οικογένεια του παιδιού δεξιότητες κοινωνικές που θα καλλιεργήσουν ένα κλίμα γόνιμο για τη δημιουργία μιας ισχυρής προσωπικότητας που δεν θα έχει έντονο το συναίσθημα της ζήλιας καθώς θα στηρίζεται στις δικές του ικανότητες και δεξιότητες.

Μερικά από τα θετικά αποτελέσματα της συναισθηματικής ανάπτυξης είναι η ωριμότητα, η ισορροπημένη κοινωνική και συναισθηματική ανάπτυξη, η λήψη πρωτοβουλιών, ο υψηλός βαθμός ικανοτήτων, η συναισθηματική αυτονόμηση από τους γονείς, η ανάπτυξη σχέσεων με άλλα πρόσωπα, η μη συναισθηματική εξάρτηση από τις νηπιαγωγούς.

## **8. ΦΟΡΕΙΣ ΠΟΥ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΤΗΝ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΗΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗΣ ΜΕΣΩ ΤΗΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ - ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΣ**

### **8.1 Ο ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΟΣ ΡΟΛΟΣ ΤΟΥ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ**

Σύμφωνα με τον Denham το 1998 : «Οι εκπαιδευτικοί είναι ισχυροί και ελκυστικοί φορείς κοινωνικοποίησης. Διδάσκουν στα παιδιά νέες δεξιότητες, κατευθύνουν το παιχνίδι τους, σχηματίζουν ισχυρούς δεσμούς μαζί τους. Στέλνουν σημαντικά ρητά και άρρητα μηνύματα σχετικά με τον κόσμο των συναισθημάτων» (σελ. 104).

Σύμφωνα με τον Rogers (1983) ο σεβασμός, η ενσυναίσθηση και η αυθεντικότητα είναι τα τρία βασικά στοιχεία επικοινωνίας με τον άλλον. «Όσο υψηλότερα είναι τα επίπεδα ενσυναίσθησης, αυθεντικότητας και σεβασμού που ο εκπαιδευτικός παρέχει στους μαθητές, τόσο περισσότερα θα μάθουν».

Σεβασμός παρέχεται σε κάποιον όταν του αφιερώνεται χρόνος, δίνεται αμέριστη προσοχή, μιλά χωρίς να διακόπτεται, ερωτάται και δεν κρίνεται.

Η ενσυναίσθηση εκφράζεται σε κάποιον όταν βιώνονται κοινές εμπειρίες, εκφράζονται συναισθήματα και τέλος αυθεντικότητα εκφράζεται σε κάποιον όταν μοιράζονται συναισθήματα, υπάρχει ειλικρίνεια, δεν υπάρχει προσποίηση-υπόσχεση χωρίς να μπορεί αυτό να τηρηθεί, υπάρχει συνέπεια σε αυτά που λέγονται . Αυτές είναι μερικές από τις στρατηγικές που μπορεί να ακολουθήσει ο εκπαιδευτικός στο σχολείο. Ο εκπαιδευτικός που θα μπορέσει να εφαρμόσει και να εμφυσήσει τα συναισθήματα αυτά στους μαθητές του και ιδιαίτερα στα μικρά παιδιά προσχολικής ηλικίας, θα είναι ένα βήμα πιο κοντά στην διαχείριση της ζήλιας ανάμεσα στα παιδιά που πολλές φορές εκφράζεται και εκδηλώνεται έντονα σ αυτή την ηλικία.



Στην τάξη η ανάπτυξη της δεξιότητας της ακρόασης στους μαθητές είναι πολύτιμο στοιχείο για την συναισθηματική τους ανάπτυξη. Έρευνες έδειξαν πως οι εκπαιδευτικοί μιλούν περισσότερο μέσα στην αίθουσα και οι μαθητές ακούν, σπάνια εκφράζουν την γνώμη ή τις ιδέες τους (Howes,, 2000).

Μια βασική δεξιότητα της αποτελεσματικής επικοινωνίας είναι η ενεργητική ακρόαση. Σ αυτή ο ακροατής δεν είναι απλά παθητικός δέκτης των μηνυμάτων αλλά συμμετέχει στην επικοινωνία με τα μάτια, τη στάση του σώματος και παροτρύνσεις (π.χ. χαμόγελο) για συνέχιση της κουβέντας. Επιπλέον στοιχεία της ενεργητικής ακρόασης αποτελούν η ανασκόπηση, η επανάληψη, η ανακεφαλαίωση όλων όσων προαναφέρθηκαν και ,ένα από τα σπουδαία σημεία της, η εξήγηση των σημείων που δεν κατανόησε ο ακροατής. Η ενεργητική ακρόαση μπορεί να πραγματοποιηθεί στο πλαίσιο της τάξης μεταξύ των μαθητών, μεταξύ του εκπαιδευτικού και των μαθητών, μεταξύ των συναδέλφων αλλά και στο πλαίσιο της οικογένειας.

Αυτήν την προσέγγιση καταλυτικό ρολό παίζει η ένθερμη σχέση του/της παιδαγωγού με τα παιδιά καθώς η/ο εκπαιδευτικός λειτουργεί ως πρότυπο για τα παιδιά, δέχεται τα συναισθήματα τους και τους ενθαρρύνει να τα εκφράσουν ενώ παράλληλα τους παροτρύνει να κατανοήσουν τα συναισθήματα τις ανάγκες και τα ενδιαφέροντα των άλλων παιδιών. (Ηρακλέους, 2005).

Οι δραστηριότητες που επιλεγεί ο/η παιδαγωγός ενθαρρύνουν τα νήπια να εξωτερικεύσουν συναισθηματικές καταστάσεις και μέσα από την αλληλεπίδραση τους με την υπόλοιπη ομάδα να αποκτήσουν αυτοπεποίθηση σιγουριά και θετική εικόνα για τα υπόλοιπα μέλη της τάξης. Το παραπάνω βοηθά με τη σειρά τους τα παιδιά να αποκτήσουν μεγαλύτερη σιγουριά για τον εαυτό τους και να αμβλυνθεί η ζήλια που φυσιολογικά νοιώθουν. Τα κάνει να γνωρίζουν καλύτερα τον εαυτό τους και όλα αυτά που μπορούν να κάνουν σε σχέση με τα υπόλοιπα. Φυσικά δεν σημαίνει βέβαια πως όλες οι δραστηριότητες που λαμβάνουν χωρά σχετίζονται με τα συναισθήματα αλλά η έμφαση που δίνεται σε αυτά βοηθεί στην αποτελεσματικότερη εφαρμογή τούγια παράδειγμα δραστηριότητες που φαίνεται να σχετίζονται αποκλειστικά με τον γνωστικό τομεα Αυτήν την προσέγγιση συνδέονται με συναισθηματικές εμπειρίες που έχουν νόημα για τα παιδιά π.χ. τα νήπια φτιάχνουν τις δικές

τους ιστορίες γύρω από θέματα που τους ενδιαφέρουν η 'γραφούν' με το δικό τους τρόπο πως αισθάνονται μια δεδομένη στιγμή.

Άλλες πιθανές δραστηριότητες που βοηθούν στην κατανόηση των συναισθημάτων των παιδιών είναι η συζήτηση με τα παιδιά γύρω από γεγονότα που μπορεί να τα κάνουν θλίψη θυμό χαρά η απογοήτευση .τα παιδιά μπορούν να παρατήσουν με διάφορους τρόπους το πώς νιώθουν π.χ. με ζωγραφική ,μέσω κούκλας, η δραματοποιώντας κάτι που αισθάνονται η ένα γεγονός που βίωσαν αναλαμβάνοντας κάθε φορά διαφορετικούς ρόλους έτσι ώστε να βιώσουν πολύπλευρα το γεγονός και να 'μπουν' στη θέση των άλλων.

Άλλες πιθανές δραστηριότητες είναι να ασχοληθούν τα παιδιά με κατασκευές που αφορούν συναισθήματα η να ακουστούν ιστορίες που σχετίζονται με αυτά. για όλα τα παραπάνω το παιχνίδι αποτελεί ένα βασικό μέσο για να εκφραστούν τα παιδιά αλλά και μέσω του οποίου νιώθουν ευχαρίστηση και ικανοποίηση Ένα επίσης πολύ βασικό κομμάτι αυτής της προσέγγισης είναι ότι και η αξιολόγηση του προγράμματος και των παιδιών πραγματοποιείτε σε θετικό κλίμα γεγονός που μειώνει το άγχος καινός φόβο και από την άλλη αυξάνει τα θετικά συναισθήματα αλλά και τη διάθεση τους για μάθηση. Το παραπάνω θα μπορούσε να βοηθήσει και στη ζήλια που αισθάνονται τα παιδιά μεταξύ τους και με τα αδέρφια τους. Όταν συζητούν για αυτό που τους απασχολεί ή για το πώς αισθάνονται για τους άλλους, ουσιαστικά πώς βιώνουν τη ζήλια, τότε μόνο θα καταφέρουν να κάνουν ένα βήμα για να λύσουν το όποιο πρόβλήμά τους.

Πέραν του γνωστικού τομεα αξιολογείται και η συναισθηματική ανάπτυξη των νηπίων μέσω της συνεχούς παρατήρησης αλλά και με τη συλλογή πληροφοριών από το οικογενειακό και ευρύτερο κοινωνικοπολιτισμικό περιβάλλον των παιδιών (Χατζηχρήστου, 2004).

Απαραίτητη προϋπόθεση για να επιτευχθούν όλα τα παραπάνω είναι η δημιουργία ενός συναισθηματικού ασφαλούς περιβάλλοντος για τα νήπια . για να πραγματοποιηθεί κάτι τέτοιο είναι βασικό να υπάρχει μια σταθερότητα στο περιβάλλον τόσο όσων αφορά τα αντικείμενα αλλά και όσων αφορά τη ροή του προγράμματος .επίσης το περιβάλλον του σχολείου πρέπει να εμπνέει σιγουριά στα παιδιά και να αντικατοπτρίζει την αποδοχή δηλαδή να περιλαμβάνει φωτογραφίες των νηπίων και των οικογενειών τους αντικείμενα

σχετικά με τι κοινωνικοπολιτισμικό πλαίσιο και να είναι διαρρυθμισμένο με τέτοιο τρόπο ώστε να ανταποκρίνεται στις ανάγκες και τα ενδιαφέροντα των παιδιών. Η ενίσχυση δηλαδή του συναισθηματικού τομέα έχει άμεση σχέση και με την ενίσχυση του γνωστικού τομέα αφού όπως προαναφέρθηκε δεν αποτελούν δυο ξεχωριστούς ανεξαρτήτους πόλους.

## **8.2 ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΕΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ**

Το πρόγραμμα «Κοινωνική & Συναισθηματική Αγωγή» εφαρμόζεται σε σχολεία Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης, τόσο στην Ελλάδα, όσο και στην Κύπρο, ήδη από το 2000.

Διαρκείς αξιολογήσεις της εφαρμογής του επιβεβαιώνουν την αποτελεσματικότητά του και τον τρόπο με τον οποίο επιδρά στο σχολικό πλαίσιο, με αποτέλεσμα τη βελτίωση των διαπροσωπικών σχέσεων και κοινωνικών δεξιοτήτων των μελών της σχολικής κοινότητας. Το πρόγραμμα εφαρμόζεται κατόπιν παρακολούθησης ειδικευμένου σεμιναρίου σε δασκάλους-νηπιαγωγούς.

Τα τελευταία χρόνια όλο και περισσότερα εκπαιδευτικά προγράμματα δίνουν έμφαση στη συναισθηματική αγωγή και οι κυριότεροι στόχοι τους είναι:

- α) η κατανόηση των συναισθημάτων των ίδιων των παιδιών
- β) η έμφαση στη συναισθηματική σχέση παιδαγωγού- παιδιών
- γ) η επιλογή δραστηριοτήτων που να λαμβάνουν υπόψιν τους τις συναισθηματικές ανάγκες των παιδιών
- δ) την ανάπτυξη θετικών συναισθητικών καταστάσεων στα πλαίσια ενός υγιούς παιδαγωγικού πλαισίου. Τα παραπάνω προγράμματα βοηθούν τα παιδιά να κατανοήσουν το συναισθηματικό τους κόσμο και να αναπτύξουν και να διαμορφώσουν ένα υγιές κλίμα καταρχήν στο σχολικό και στο οικογενειακό τους περιβάλλον μετέπειτα.

Ένα σχολείο προσανατολισμένο στο συναισθηματικό κλίμα, μπορεί να ικανοποιήσει τις ψυχολογικές ανάγκες των μαθητών για επάρκεια, για αυτονομία και αίσθηση του ανήκειν. Αυτό είναι ιδιαίτερα σημαντικό για τα παιδιά που στερούνται συναισθηματικών δεσμών μέσα στην οικογένεια. Ο ρόλος που καλείται να διαδραματίσει ο εκπαιδευτικός είναι όχι μόνο να

παρέχει το κατάλληλο μορφωτικό και γνωστικό επίπεδο στα παιδιά αλλά και να δημιουργήσει ένα θετικό κλίμα όπου οι μαθητές θα αλληλεπιδρούν μεταξύ τους και θα νοιώθουν ελεύθεροι να εκφράζουν τα συναισθήματα και τις απόψεις τους (Birch, Ladd, & Blecher-Sass, 1997).

Ο Rogers όπως προαναφέρθηκε μίλησε για την συμβουλευτική πρακτική, δίνοντας βαρύτητα στα συναισθήματα του συμβουλευόμενου. Ο εκπαιδευτικός είναι αυτός που περνώντας πολλές ώρες της ημέρας με τα παιδιά, θα προσπαθήσει να τα κατανοήσει, να διερευνήσει τα συναισθήματα που νοιώθουν και να προσπαθήσει στο να εκφράσουν τα παιδιά συναισθήματα και απόψεις χωρίς να εκφράζει ο ίδιος τη γνώμη του και δημιουργεί ταυτόχρονα ένα κλίμα σεβασμού και εμπιστοσύνης με αυτά. Έτσι θα τα κάνει να εκφραστούν χωρίς να καταπιέζονται και να νοιώθουν ότι κάποιος τους επικρίνει συνέχεια. Η ενεργητική παρουσία εκπαιδευτικού, η χρήση μη λεκτικής επικοινωνίας, η μέτρια φυσική απόσταση, οι θετικές ενθαρρύνσεις είναι μερικά από τα στοιχεία που πρέπει να ακολουθήσει ο εκπαιδευτικός. Η αναδιατύπωση ή η παράφραση είναι απαραίτητη για να γίνουν πιο σαφή τα νοήματα που δίνονται. Έπειτα προχωρά στην αντανάκλαση των συναισθημάτων του παιδιού όπου εκφράζει ρητά τα συναισθήματα του και κατανοεί τι είναι αυτό που τον οδήγησε σ' αυτό το συναίσθημα. Η επιδοκιμασία από μέρους του εκπαιδευτικού είναι σημαντική προκειμένου να δείξει την συμπάραστασή του σ' αυτό που του συμβαίνει. Η συνεχής και ουσιαστική παρουσία του εκπαιδευτικού που δεν κατακρίνει τη ζήλια αλλά βοηθά το παιδί να την κατανοήσει και να συμπαρασταθεί σ' αυτό, προχωρά πιο γρήγορα τη διαδικασία όπου θα ξεπεραστεί ή θα μειωθεί το συναίσθημα αυτό.

Η αυτοαποκάλυψη ή η έμμεση καθοδήγηση (όχι η υπόδειξη) βοηθά τα παιδιά να αντιληφθούν τα συναισθήματα τους και να φτάσουν σε μια μορφή συνειδητοποίησης σχετικά με τον εαυτό τους. Τέλος προσπαθεί να ρυθμίσει τα συναισθήματά του και αποφασίζει τον τρόπο που θα το πετύχει.

Η συναισθηματική αγωγή αφορά όλους όσους ασχολούνται με την καθοδήγηση των συναισθηματικών δεξιοτήτων των παιδιών.

Ο Gottman (2002) ανέφερε 5 στάδια στην διαπαιδαγώγηση των παιδιών. Όλα αυτά τα στάδια μπορούν να ακολουθηθούν και να εφαρμοστούν με την συμβολή τόσο των γονέων όσο και των εκπαιδευτικών. Ο

«ενσυναισθηματικός ακροατής» σ' όλα αυτά τα στάδια είναι ο εκπαιδευτικός απέναντι στο παιδί. Τα παιδιά μπορούν μέσα από κατάλληλα προγράμματα που γίνονται στο σχολείο να αναπτύξουν ένα πλούσιο λεξιλόγιο προκειμένου να εκφράσουν τα συναισθήματά τους και να μάθουν στρατηγικές για να λύσουν τυχόν προβλήματα. Με τον τρόπο αυτό προσπαθούν να βοηθήσουν το παιδί να μιλήσει πιο άνετα, χωρίς φόβο για τις συνέπειες αλλά και να εκφράσει το συναίσθημα της ζήλιας. Έτσι αναγνωρίζοντας και κυρίως εκφράζοντας τη ζήλια με λόγια και χωρίς ταμπού είναι πιο εύκολο να αναγνωρισθεί και να αμβλυωθεί.

Ο εκπαιδευτικός θέτοντας όρια και αποδεκτούς τρόπους έκφρασης αρνητικών συναισθημάτων, με τις ανοιχτές ερωτήσεις όπως ο Χατζηχρήστου, (2004) αναφέρει στο βιβλίο του, καθορίζει μαζί με το παιδί τους στόχους που θέλει να επιτύχει και εντοπίζουν πιθανές λύσεις και εναλλακτικές επιλογές μέσω του καταιγισμού ιδεών, τα παιχνίδια ρόλων και φαντασίας. Ο εκπαιδευτικός ή ο γονέας μπορεί να γίνει ένας «ενσυναισθητικός ακροατής». Να μάθει να ακούει το παιδί μέσα από τα λόγια του (κοιτάζει το άτομο που μιλά, σκέφτεται αυτά που λέει, γνέφει καταφατικά, ζητάει επιπλέον διευκρινίσεις) τις εκφράσεις του προσώπου του (τόνος φωνής, μη λεκτικά ηχητικά σχήματα, ταχύτητα ομιλίας) (Elksnin & Elksnin, 2003). τις χειρονομίες του (στάση του σώματος, σωματική εγγύτητα-άγγιγμα, ρυθμός και χρόνος δραστηριοτήτων, κώδικες κοινωνικής συμπεριφοράς) μέσα από δραστηριότητες να το βοηθήσει να εκφράζει με σαφήνεια τα συναισθήματά του και να αποκτήσει «συναισθηματική ενσυναίσθηση». Η πραγματοποίηση ενός τέτοιου προγράμματος σε μεγαλύτερες ηλικίες είναι ακόμη πιο δύσκολο. Η απομόνωση και η απώθησή των συναισθημάτων είναι πολλές φορές πιο εύκολο από το να έρθει κάποιος αντιμέτωπος με συγκρούσεις. Επιπλέον η εγκατάλειψη εγκαθιδρυμένων συνηθειών και υιοθέτηση άλλων ενέχει παρόμοιες δυσκολίες. Αναπτύσσοντας την συναισθηματική νοημοσύνη το άτομο μπορεί να κατανοήσει τις συνέπειες των επιλογών του, να ανατροφοδοτήσει τις σκέψεις και τα συναισθήματά του, να θέσει στόχους και να κινητοποιηθεί για να τους πετύχει, να αναπτύξει μια αισιόδοξη στάση για την ζωή, να ανταποκριθεί στα συναισθήματα των άλλων και να πετύχει ευγενείς σκοπούς διαμέσου της κατάστασης «ροής», της ευχαρίστησης που απορρέει από την πραγματοποίηση του στόχου ( Τριλίβα & Ρούσση, 2000).

Στο βιβλίο των Τριλίβα& Chimienti, (2002) αναφέρεται ότι οι έφηβοι αναπτύσσοντας δεξιότητες αυτογνωσίας, συνειδητοποίησης της συναισθηματικής τους κατάστασης, αυτοαξιολόγησης, αυτοπεποίθησης, αυτορρύθμισης, αυτοελέγχου, αξιοπιστίας, ευσυνειδησίας, προσαρμοστικότητας, αυτοενεργοποίησης, αναζήτησης της επιτυχίας, της λήψη πρωτοβουλίας, της επικοινωνίας, της αισιοδοξίας, της ενσυναίσθησης, του χειρισμού συγκρούσεων και της συνεργασίας μπορούν να οδηγηθούν στην συναισθηματική επάρκεια

Ο εκπαιδευτικός μόνος του αλλά και με την βοήθεια σχολικών ψυχολόγων και ειδικών από το χώρο της ψυχικής υγείας, μπορεί να πραγματοποιήσει μέσα στην τάξη προγράμματα που να αποσκοπούν στην προαγωγή της ψυχικής υγείας, στην τόνωση της αυτοπεποίθησης, στην ανάπτυξη συναισθηματικών δεξιοτήτων και επικοινωνίας με τους άλλους. Στην πραγματικότητα πρόκειται για ένα δίκτυο βοήθειας που περιλαμβάνει διευθυντές, εκπαιδευτικούς, γονείς, σχολικούς ψυχολόγους και ένα ευρύ φάσμα επαγγελματιών που αναλαμβάνουν την στήριξη τους. Το δίκτυο αυτό συνεργατικά και όχι αυτόνομα πρέπει να ενεργεί και να επαγρυπνεί συνεχώς για να μπορέσει να αποτελέσει το υποστηρικτικό περιβάλλον που χρειάζονται τα παιδιά που αισθάνονται και βιώνουν τη ζήλια, κυρίως σε μικρότερες ηλικίες που δεν μπορούν από μόνα τους να το διαχειριστούν.

Ακολουθείται το οικολογικό-συστημικό μοντέλο προσέγγισης, που προσανατολίζεται σ' ένα ευρύτερο πλαίσιο, γύρω από το περιβάλλον του παιδιού. Οι εκπαιδευτικοί όντας κατάλληλα επιμορφωμένοι και ενημερωμένοι γύρω από προγράμματα και σεμινάρια (θεωρητικής, πρακτικής εξάσκησης και βιωματικής μάθησης) ανάλογου περιεχομένου μπορούν να δημιουργήσουν τις κατάλληλες συνθήκες ώστε μέσα στην τάξη να ακολουθούνται πρακτικές συναισθηματικής αγωγής. Το θετικό κλίμα μέσα στην τάξη, η συζήτηση για την επίλυση συγκρούσεων, η έκφραση συναισθημάτων, οι πρακτικές αντιμετώπισης έντονων συναισθηματικών διαταραχών και χειρισμού κρίσεων (αναγνώριση, αποδοχή και έκφραση θετικών και αρνητικών συναισθημάτων, καθοδήγηση και καθορισμός ορίων σε ανάρμοστες συμπεριφορές) αποτελούν κάποιες από τις παραμέτρους που μπορούν να εφαρμοστούν στην τάξη από τον εκπαιδευτικό σε συνεργασία με τα παιδιά. Γι' αυτό και ο ρόλος του ως συντονιστή των ομάδων είναι πολύ σημαντικός.

Ο ρόλος του εκπαιδευτικού ως συντονιστή της ομάδας είναι η οργάνωση του χώρου, των δραστηριοτήτων και του χρόνου. Ο ίδιος οφείλει να προσφέρει τα απαραίτητα υλικά, να θέτει τα προς συζήτηση θέματα, στην ομάδα, να παίζει το ρόλο του συντονιστή και να ενθαρρύνει τα μέλη να υλοποιούν τις σκέψεις τους δημιουργώντας τους το κατάλληλο πλαίσιο, να ανατροφοδοτεί και να ενθαρρύνει την συνεργασία των μελών αλλά και να βοηθά την επικοινωνία της ομάδας. Τα μηνύματα σε πρώτο πρόσωπο και η προσφώνηση με τα μικρά ονόματα αποτελεί μια αποτελεσματική τεχνική επικοινωνίας και δημιουργεί ένα θετικό κλίμα για τη συνέργια της ομάδας. Εξάλλου σημαντικό είναι να τονιστεί και η σημασία του καλού συντονιστή της ομάδας στην αποτελεσματικότητα της διαχείρισης της ζήτησης των παιδιών. Ο εκπαιδευτικός λοιπόν που καλείται να διαδραματίσει τον σημαντικό αυτό ρόλο, αναλαμβάνει να δημιουργήσει μια ομαδική συνεργασία με καλή επικοινωνία.

Αντίθετα οι τεχνικές προσέγγισης των θεμάτων που χρησιμοποιούνται στην ομάδα είναι η δημιουργία δομής της ομάδας με σαφείς στόχους που δεν παρεκκλίνουν, η γενίκευση παρόμοιων συναισθημάτων και σε άλλους ανθρώπους ή άλλες καταστάσεις, η συσχέτιση κοινών εμπειριών, η επαναδιατύπωση των ερωτήσεων που τίθενται στην ομάδα προκειμένου να ασκηθεί κριτική, αυτό μπορεί να επιτευχθεί και μέσω του καταιγισμού ιδεών, η σύνοψη αυτών που ειπώθηκαν, η ανατροφοδότηση αν και κατά πόσο οι απόψεις τους επηρεάζουν τους άλλους, το χιούμορ που μπορεί να εκτονώσει μια κατάσταση ή να συμβάλει στην δημιουργική σκέψη, οι υποστηρικτικές παρεμβάσεις από την πλευρά του συντονιστή (εκπαιδευτικού) με λεκτικές ή μη εκφράσεις, με ενθάρρυνση, έπαινο βοηθούν τα μέλη της ομάδας, τέλος οι ερωτήσεις που επικεντρώνουν την προσοχή σ' ένα συγκεκριμένο σημείο και ενισχύουν την περαιτέρω συζήτηση (Birch, et al., 1997).

Συνεπώς η συναισθηματική μάθηση προχωρά ένα βήμα πιο πέρα απαιτεί εκμάθηση νέων δεξιοτήτων, αλλαγή παλιών δυσλειτουργικών συνηθειών και αξιολόγηση των νέων ικανοτήτων του ατόμου. Παρακολουθώντας τον εαυτό τους τα άτομα, πως συμπεριφέρονται συναισθηματικά σε καταστάσεις μπορούν να φτάσουν σ' ένα επίπεδο αυτογνωσίας και ψυχολογικής ενόρασης που είναι το πρώτο βήμα προς την αλλαγή.

Τα προγράμματα αυτά δεν πραγματοποιούνται σε συγκεκριμένη περίοδο της ημέρας αλλά αποτελούν αναπόσπαστο κομμάτι της σχολικής πραγματικότητας, αφού οι εντάσεις και οι συγκρούσεις αποτελούν τμήμα της. Εξάλλου οι αλλαγές στη ζωή των παιδιών από την προσχολική ηλικία ως και την εφηβεία και οι συναισθηματικές τους μεταπτώσεις είναι γεγονός. Η συναισθηματική αγωγή στο σχολείο έχει ως στόχο να μπορούν οι μαθητές και έξω από αυτό, στις συναναστροφές τους, να είναι ικανοί να σέβονται τις απόψεις των άλλων, να αντιλαμβάνονται την διαφορετικότητα, να συναισθάνονται τον άλλον και να μπορούν να εκφράζουν τα συναισθήματά τους και να τα χειρίζονται όταν αυτά παρεκκλίνουν από τις κοινωνικές συμβάσεις. Εξάλλου μέσω των προγραμμάτων συναισθηματικής αγωγής μπορούν οι φορείς της να εμφυσήσουν κάποιες βασικές αρχές σεβασμού, ελεύθερης έκφρασης και συναίσθησης της έκφρασης των συναισθημάτων των άλλων ατόμων στα παιδιά που λαμβάνουν μέρος και να 'χτίσουν' ισχυρές προσωπικότητες χωρίς κατάλοιπα συναισθημάτων όπως αυτό της ζήλιας.

Ένα πρόγραμμα όμως συναισθηματικής αγωγής θα πρέπει να διέπεται από μερικές αρχές όπως να αντιμετωπίζει τα παιδιά με σεβασμό, οι εκπαιδευτικοί να έχουν διαμορφώσει το κατάλληλο κλίμα και περιβάλλον, υποστηρικτικό, που αφήνει την ελευθερία επιλογής στα παιδιά, ανάπτυξης υπευθυνότητας και ανεξαρτησίας, να απαλλάξουν τα παιδιά από τους φόβους τους και να λαμβάνουν σωστές αποφάσεις, αυτό προϋποθέτει να γνωρίζει το άτομο τις ανάγκες αλλά και τις ανάγκες του άλλου και να τις αξιολογήσει σε περίπτωση που έρθουν σε σύγκρουση.

Για να γίνει όμως αυτό θα πρέπει να καλλιεργηθούν δύο ικανότητες, να ακούει τον συνάνθρωπό του όταν μιλά και να εκφράζει σωστά τα δικά του συναισθήματα. Ο εκπαιδευτικός κατά την εφαρμογή ενός τέτοιου προγράμματος θα πρέπει να αξιολογήσει τις ανάγκες του παιδιού, τυχόν αλλαγή της συμπεριφοράς του, να δίνει ένα χρονικό διάστημα στα παιδιά να αναπτύξουν τις ιδέες τους χωρίς να διακόπτονται, να ενθαρρύνει τα παιδιά που ντρέπονται να μιλήσουν και να αποκτήσουν αυτοπεποίθηση. Πράττοντας τα παραπάνω ένα από τα αρνητικά συναισθήματα του παιδιού, αυτό της ζήλιας, θα μπορέσει να γίνει κατανοητό και διαχειρίσιμο. Όταν ένα παιδί αποκτά αυτοπεποίθηση και ενθαρρύνεται να εκφράσει το συναίσθημα αυτό, μπορεί να αντιμετωπίσει τη ζήλια αποτελεσματικότερα. Το πρόγραμμα δεν



αναπτύσσεται ξεχωριστά αλλά σε συνδυασμό με άλλες δραστηριότητες που πραγματοποιούνται στην τάξη. Το πρόγραμμα αυτό μπορεί να περιλαμβάνει δραστηριότητες όπως να συμπληρώσουν ελλιπείς προτάσεις, προκειμένου να αναπτύξουν την αυτογνωσία, να εκφράσουν τα συναισθήματά τους και το λεξιλόγιό τους (Πλωμαρίτου, 2004).

Επιπλέον, οι Mayer & Cobb το 2000 αναφέρουν ότι η αφήγηση ιστοριών με θέμα κάποιο από τα βασικά συναισθήματα όπου τα παιδιά καλούνται να προσδιορίσουν κάθε συναίσθημα και να απαντήσουν στις ερωτήσεις που ακολουθούν. Για παράδειγμα ο εκπαιδευτικός μπορεί να ζητήσει από τον μαθητή να εκφράσει τα συναισθήματα που περικλείουν τον χαρακτήρα της ιστορίας, τα συναισθήματα που νιώθει ο ίδιος ακούγοντας ένα κομμάτι μουσικής ή παρατηρώντας ένα πίνακα ζωγραφικής ενισχύει με αυτό τον τρόπο την συναισθηματική του αντίληψη και κατανόηση.

Δραστηριότητες όπως η παντομίμα, η δραματοποίηση, η πρόβλεψη καταστάσεων, ο χάρτης των συναισθημάτων χρησιμοποιούνται σε μικρές κυρίως ηλικίες.

Η επιλογή των συναισθημάτων γίνεται ανάλογα με την ηλικία και τις εμπειρίες των παιδιών. Σε μεγαλύτερες ηλικίες χρησιμοποιούνται τα παιχνίδια ρόλων, ομαδικές συζητήσεις, διήγηση βιογραφιών, καλλιτεχνικές δραστηριότητες (γλυπτική), δραστηριότητες που προωθούν τον αναστοχασμό, ομαδικά παιχνίδια και συνεργατική μάθηση

Για να δημιουργηθεί μια φιλική και συνεργατική ατμόσφαιρα στην τάξη και να αναπτυχθεί ένα τέτοιο πρόγραμμα χρειάζεται μια ευρύχωρη αίθουσα που να χωράει άνετα όλη την ομάδα των παιδιών. Οι καρέκλες να είναι τοποθετημένες σε σχήμα κύκλου, ώστε να βλέπουν ο ένας τον άλλον και να μιλούν εύκολα μεταξύ τους. Ο χώρος στο κέντρο του κύκλου πρέπει να είναι μεγάλος για να μπορούν να κινηθούν. Ο αριθμός των ατόμων είναι ανάλογος με την ηλικία, περίπου 10 έως 20 άτομα, όμως καλύτερη επικοινωνία επιτυγχάνεται με την αναλογία 1:10. Ο χαμηλόφωνος τόνος βοηθά στην διατήρηση της ήρεμης και φιλικής ατμόσφαιρας. Στρατηγικές όπως μια ταμπέλα «ΗΣΥΧΙΑ ΠΑΡΑΚΑΛΩ» στην πόρτα ή η ανύψωση χεριών βοηθούν. Βέβαια όλες οι πρακτικές που ακολουθούνται εξαρτώνται και από την ηλικία των παιδιών που απευθυνόμαστε.

Το «συμβόλαιο συμπεριφοράς» αναφέρει σύμφωνα με τον Montgomery το 1986 ότι το παιδί αποφασίζει την συμμετοχή του ή όχι στο μάθημα, είναι πολύτιμο εργαλείο για τις νηπιαγωγούς.

Το παραπάνω διασφαλίζει την αβίαστη συμμετοχή του παιδιού στην ομάδα και ελατώνει συνέπειες της ζήλιας ανάμεσα στα παιδιά. Έτσι ένα παιδί που δεν θέλει να συμμετέχει λόγω κάποιου αισθήματος ζήλιας για κάποιο άλλο παιδί, δεν θα χρειαστεί να έρθει σε αντιπαράθεση μαζί τους, κάνοντας τις ίδιες δραστηριότητες με έναν κοινό σκοπό. Έτσι οι ίδιοι οι μαθητές φέρουν ευθύνη των επιλογών τους και της συμπεριφοράς τους γνωρίζοντας τα επακόλουθα. Αυτό ισχύει και για τις μεγαλύτερες ηλικίες παιδιών, όπου όλα συντελούνται με την σύμφωνη γνώμη των ίδιων αλλά και των γονέων. Οποιαδήποτε στιγμή το θελήσουν μπορούν να μην συνεχίσουν το πρόγραμμα. Ο εκπαιδευτικός θα πρέπει να είναι προετοιμασμένος στην περίπτωση που υπάρξουν παιδιά που δυσκολεύονται να εκφράσουν τα συναισθήματά τους. Κάτι τέτοιο βέβαια δεν είναι και τόσο σπάνιο. Υπό αυτές τις συνθήκες θα πρέπει ο εκπαιδευτικός να κάνει τα παιδιά να νιώσουν ασφάλεια, αποδοχή και εμπιστοσύνη. Θα πρέπει να δοθεί ένα εύλογο χρονικό διάστημα να μιλήσουν χωρίς να διακόπτονται από τα άλλα παιδιά. Ο ίδιος βοηθά τα παιδιά που ντρέπονται να μιλήσουν και να τα ενθαρρύνει. Παράλληλα, η ενημέρωση των γονέων είναι σημαντική για την ανάπτυξη τέτοιων προγραμμάτων βοηθάει στην συμμετοχή τους εντός και εκτός αίθουσας.

### **8.3 ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ**

Τέσσερα είναι τα στάδια για την υλοποίηση προγραμμάτων συναισθηματικής επάρκειας όσον αφορά τις ενέργειες που ακολουθεί ένας εκπαιδευτικός. Το αρχικό στάδιο αφορά την προετοιμασία στάδιο κατά το οποίο γίνεται αξιολόγηση των προσωπικών αναγκών, της ετοιμότητας και των κινήτρων συμμετοχής των μελών. Το δεύτερο στάδιο είναι αυτό της απόκτησης κατά το οποίο οικοδομείται μια καλή σχέση μεταξύ των μελών της ομάδας και του συντονιστή και υπάρχουν ευκαιρίες για ανατροφοδότηση, εξάσκηση και

απόκτηση δεξιοτήτων. Ακολουθεί το στάδιο της διατήρησης και της γενίκευσης με έμφαση στις δεξιότητες άλλων πεδίων ενώ το τελευταίο στάδιο είναι αυτό της αξιολόγησης , όπου αξιολογείται το πρόγραμμα σε προσωπικό και σε συστημικό επίπεδο (Πλωμαρίτου, 2004).

Οι εκπαιδευτικοί θα πρέπει να υιοθετήσουν οι ίδιοι κάποιες δεξιότητες για την εφαρμογή των προγραμμάτων όπως να δημιουργούν κλίμα εμπιστοσύνης, να βοηθούν τους μαθητές στην έκφραση των συναισθημάτων τους, να βοηθούν στην αναγνώριση των συναισθημάτων των ίδιων και των άλλων, να παρέχουν στρατηγικές διαχείρισης τους, να αναγνωρίζουν τις διαφορετικές συναισθηματικές εκδηλώσεις ανάλογα με τον πολιτισμό60 . Επιπλέον, οι δεξιότητες που πρέπει να διαθέτει ένας εκπαιδευτικός είναι η ευαισθησία, η κατανόηση και η ενεργητική ακρόαση. Με τους παραπάνω τρόπους και τεχνικές η ζήλια, που πιθανότατα αισθάνονται τα παιδιά προσχολικής ηλικίας κυρίως, μαθαίνουν να την αναγνωρίζουν και να την αντιμετωπίζουν ορθά και χωρίς 'παράπλευρες' συνέπειες. Επιπλέον, οι δεξιότητες που πρέπει να διαθέτει ένας εκπαιδευτικός είναι η ευαισθησία, η κατανόηση και η ενεργητική ακρόαση.

#### **8.4 ΜΕΘΟΔΟΙ ΣΥΛΛΟΓΗΣ ΔΕΔΟΜΕΝΩΝ ΤΗΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ**

Οι εκπαιδευτικοί θα πρέπει αρχικά να ανακαλύψουν αν εκφράζουν οι μαθητές τα συναισθήματά τους, τι τους κάνει ευτυχισμένους, τι δυστυχισμένους, πως αντιμετωπίζουν τα αρνητικά συναισθήματα, τι τους αγχώνει, πως νιώθουν όταν έρχονται στο σχολείο, πως είναι οι σχέσεις τους με τους συμμαθητές τους κ.α. Η αναζήτηση των απαντήσεων σ' όλα αυτά τα ερωτήματα πραγματοποιείται έπειτα από συζήτηση με τους μαθητές. Η συζήτηση αυτή από μόνη της απέναντι στον εκπαιδευτικό είναι μια δύσκολη διαδικασία για το παιδί και αυτό γιατί προϋποθέτει πέρα από την συμπάθεια και την εμπιστοσύνη από την πλευρά του εκπαιδευτικού.

Γι' αυτό και η χρήση επιπλέον μεθόδων για την συλλογή πληροφοριών σχετικά με τα συναισθήματα των παιδιών της τάξης είναι αναγκαία (Mayer & Cobb, 2000).

Τα ερωτηματολόγια μπορούν να χρησιμοποιηθούν ως εναλλακτική μέθοδο συλλογής δεδομένων, αλλά δεν μπορούν να αποδώσουν πιστά τις συναισθηματικές καταστάσεις των παιδιών. Οι προβολικές μέθοδοι με την σειρά τους μπορούν να ανακαλύψουν τα συναισθήματα των παιδιών. Μέσα από τις προβολικές τεχνικές δίνεται η βοήθεια να ανακαλύψει τα ενδότερα συναισθήματα του όχι με τον λόγο αλλά με το σχέδιο ή το φανταστικό παιχνίδι. Οι πιο γνωστές προβολικές τεχνικές είναι το τεστ Rorschach, οι Τεχνικές Σχεδίου, το TAT (Thematic Apperception Test), το τεστ CAT και το Τεστ Οικογενειακών Σχέσεων (Family Relations Test).

Η αξιολόγηση της συναισθηματικής κατάστασης του παιδιού μπορεί να γίνει και με την χρήση ψυχομετρικών κλιμάκων όπως Children's Depression Inventory-CDI, State-Trait Anxiety Inventory for Children-STAI-C, Rosenberg Self-Esteem Scale. Βέβαια για να πραγματοποιηθούν όλα αυτά τα τεστ απαιτείται ένας έμπειρος σχολικός ψυχολόγος και δεν μπορούν να γίνουν από οποιονδήποτε χωρίς την απαραίτητη γνώση και εκπαίδευση πάνω σ' αυτά. Στις προβολικού τύπου δραστηριότητες, τα παιδιά καλούνται να συμπληρώσουν μια ζωγραφιά, τον διάλογο μεταξύ των προσώπων-διάλογος με «συννεφάκια», να επιλέξουν φωτογραφικό υλικό-φωτογραφικός καταϊγισμός, να παίξουν το παιχνίδι με τα ονόματα, τη μικρή διάλεξη, τη πορεία της ζωής, το συνεχές των αξιών, προσεγγίζοντας με αυτό τον τρόπο τις συναισθηματικές τους αντιδράσεις. Η εργασία αυτή πραγματοποιείται σε μικρές ομάδες ή συμμετέχει όλη η τάξη. Μέσα από το παιχνίδι των ρόλων-προσομοίωση, τον καταϊγισμό ιδεών και όλα όσα αναφέρθηκαν πιο πάνω, προωθείται η συναισθηματική ανάπτυξη των παιδιών στην τάξη.

## **8.5 ΠΡΟΥΠΟΘΕΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΩΝ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΜΑΘΗΣΗΣ**

Σύμφωνα με τους Weissberg, Resnik, Payton & O'Brien (2003), για να είναι αποτελεσματικό ένα πρόγραμμα θα πρέπει να υπάρχουν ορισμένες προϋποθέσεις: (Πούλου, 2008)

Προβολικές τεχνικές: η χρήση τους στην ψυχοδιαγνωστική αξιολόγηση παιδιών και εφήβων στα πλαίσια της κοινότητας του σχολείου. (Weare & Gray, 2000).

1. Το πρόγραμμα να βασίζεται σε θεωρίες για την ανάπτυξη των παιδιών και σε αποτελέσματα ερευνητικών δεδομένων.
2. Ο εκπαιδευτικός να διδάσκει στα παιδιά την εφαρμογή των δεξιοτήτων που μαθαίνουν στην καθημερινότητά τους.
3. Να αναπτύσσει δεσμούς μεταξύ του τρίπτυχου σχολείο-μαθητές-γονείς. Η συνεργασία των τριών αυτών αξόνων είναι απαραίτητη στη σύγχρονη κοινωνία αφού μαζί μπορούν να αντιμετωπίσουν τη ζήλια που υφίσταται στα παιδιά με πιο ολοκληρωμένο και αποτελεσματικό τρόπο. Από τη στιγμή που τα τρία αυτά μέρη συνεργαστούν αρμονικά έχουμε το καλύτερο δυνατό αποτέλεσμα.
4. Να προσαρμόζεται στο πολιτισμικό και αναπτυξιακό επίπεδο των μαθητών.
5. Το πρόγραμμα να προωθεί την ολόπλευρη ανάπτυξη του παιδιού, μέσα από την ενοποίηση του με το υπάρχον αναλυτικό πρόγραμμα.
6. Ο εκπαιδευτικός να προωθεί τις θετικές αλληλεπιδράσεις.
7. Να επεκτείνει την εκμάθηση δεξιοτήτων σε οικογενειακό και κοινοτικό πλαίσιο.
8. Να έχει ένα πλήρες χρονοδιάγραμμα, με οργανωτική υποστήριξη και πολιτική.
9. Να παρέχει υποστήριξη, εξάσκηση και ανατροφοδότηση στο προσωπικό.
10. Να επιδιώκεται η συνεχής αξιολόγηση του προγράμματος.

## 8.6 ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΠΡΟΩΘΗΣΗΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗΣ

Υπάρχουν πολλά προγράμματα που βασίζονται στις αρχές της συναισθηματικής νοημοσύνης. Μερικά είναι: Πρόγραμμα για τη βελτίωση της κοινωνικής αυτό-επίγνωσης και επίλυσης κοινωνικών προβλημάτων (Elias & Clabby, 1989) αφορά παιδιά ηλικίας 5-12, Πρόγραμμα της επιστήμης του εαυτού-ύλη συναισθηματικής νοημοσύνης (Stone-McCown, Jensen, Freedman, & Rideout, 1998) αυτό συνδέεται με το σχολείο, Δεξιότητες για την ζωή (Skills for Life, 1994) αφορά παιδιά προ-εφηβικής, εφηβικής ηλικίας, Πρόγραμμα δημιουργικής λύσης και διαφωνιών (Lantieri, 1998) αφορά την ανάπτυξη κοινωνικής υπευθυνότητας και το Πρόγραμμα ελέγχου των συγκρούσεων (Τριλίβα & Chimienti, 1998) για παιδιά δημοτικού αφορά την εκμάθηση συναισθηματικών δεξιοτήτων.

Η ένωση επιστημών και συνεργατών για την προώθηση της κοινωνικο-συναισθηματικής μάθησης, CASEL (Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning) αξιολόγησε τέτοια προγράμματα με στόχο την προώθησή τους σε περισσότερα σχολεία. Ένα πρόγραμμα που έχει εφαρμοστεί σε σχολεία είναι το Promoting Alternative Thinking Strategies curriculum (PATHS) απευθύνεται σε μαθητές δημοτικού και στοχεύει στην καλλιέργεια δεξιοτήτων. Το Fast Track model είναι πρόγραμμα για παιδιά με προβλήματα συμπεριφοράς. Στην πλειονότητα, τα προγράμματα ακολουθούν τρία βασικά στάδια.

Το πρώτο είναι η πρωτογενή πρόληψη στα πλαίσια του σχολείου. Το δεύτερο αφορά την πρόληψη στις οικογένειες παιδιών σε επικινδυνότητα ενώ στο τρίτο και τελευταίο στάδιο ακολουθείται ένα εξατομικευμένο πρόγραμμα. Το πρόγραμμα PATHS ανήκει στην πρώτη κατηγορία και γίνεται 2-3 φορές την βδομάδα. Στο δεύτερο στάδιο του προγράμματος, γίνεται μια προσπάθεια (μέσω συναντήσεων με τους γονείς) να αναπτυχθούν σχέσεις συνεργασίας για μια κοινή πορεία αλλά και για την, όσο το δυνατό, ενίσχυση της προσπάθειας εξομάλυνσης των σχέσεων ανάμεσα σε γονείς και παιδιά.

Στο τρίτο στάδιο παρέχεται εξατομικευμένη βοήθεια, επισκέψεις στο σπίτι και δημιουργία φιλικού κλίματος. Στους εφήβους η προσέγγιση αλλάζει

και προσανατολίζεται στα ενδιαφέροντα τους και τις συναναστροφές τους με τους συνομηλίκους τους.

Θέματα επαγγελματικού προσανατολισμού, προσαρμογής στην μεταβατική περίοδο της εφηβείας και υποστήριξης για ακαδημαϊκή επιτυχία αποτελούν πρωτεύοντα ζητήματα. Όλα τα προγράμματα θα πρέπει να εφαρμόζονται σε συνδυασμό με την γενικότερη κατεύθυνση του σχολείου και της πολιτικής που ακολουθεί. Η συμμετοχή των γονέων και της κοινότητας είναι απαραίτητη προϋπόθεση. Όπως αναφέρθηκε και πιο πριν είναι απαραίτητη η συνεργασία και η συγχρονισμένη προσπάθεια και των γονέων αφού αποτελούν τον έναν από τους φορείς συναισθηματικής αγωγής. Η ζήλια που έχουν να αντιμετωπίσουν και οι γονείς στο περιβάλλον του σπιτιού είναι η αντίστοιχη που αντιμετωπίζουν στο σχολικό περιβάλλον και οι νηπιαγωγοί. Η εφαρμογή των προγραμμάτων όπως προαναφέρθηκε αφορά όλα τα παιδιά γιατί με αυτό τρόπο ελαχιστοποιείται ο στιγματισμός( Weissberg, Resnik, Payton, & O'Brien, 2003).

Η πρώιμη εφαρμογή τους, ήδη από το νηπιαγωγείο, αυξάνει τις πιθανότητες εμφάνισης συναισθηματικών δυσκολιών. Εξάλλου τα συναισθηματικά προβλήματα τις περισσότερες φορές συνοδεύονται και από συμπεριφορικά προβλήματα (γι' αυτό και γίνεται αναφορά και σε συμπεριφορικά προγράμματα). Η διάρκεια των προγραμμάτων εξαρτάται από τις δυσκολίες των παιδιών και το αναπτυξιακό στάδιο που βρίσκονται. Συνεπώς τα προγράμματα αυτά κατευθύνονται σε 3 άξονες, τους γονείς (εκμάθηση δεξιοτήτων), τους εκπαιδευτικούς (εφαρμογή τέτοιων προγραμμάτων μέσα στην τάξη) και τους μαθητές (απόκτηση συναισθηματικής επάρκειας).

Σύμφωνα με τον Elias et al (1997) υπάρχουν 22 δεξιότητες που μπορούν να καλλιεργηθούν στα παιδιά, αυτές ταξινομούνται σε 5 κατηγορίες. Αυτές είναι της αυτογνωσίας (αναγνώριση- ονομασία συναισθημάτων), της αυτορρύθμισης των συναισθημάτων (λεκτική διατύπωση- έλεγχος παρορμήσεων), της αυτοπαρατήρησης (καθορισμός στόχων-κινητοποίηση-καλλιέργεια αισιοδοξίας), της ενσυναίσθησης και θεώρησης διαφορετικών οπτικών (ενεργητική ακρόαση- ανατροφοδότηση-ενσυναίσθηση-κατανόηση της οπτικής του άλλου) και των κοινωνικών δεξιοτήτων για την δημιουργία διαπροσωπικών σχέσεων (διαχείριση-έκφραση συναισθημάτων- λήψη

αποφάσεων- συνεργασία μελών). Οι δεξιότητες αυτές θα πρέπει να αναπτυχθούν ανάλογα με το φύλο και την ηλικία των παιδιών. Για τις μικρές ηλικίες να κατευθύνονται στην αναγνώριση των συναισθημάτων άλλων, την αναζήτηση των αιτιών και μείωση του παρορμητισμού. Ενώ στις μεγαλύτερες στην αντιμετώπιση προκλήσεων και εκμάθηση χρήσης στρατηγικών.

## **8.7 Ο ΡΟΛΟΣ ΤΟΥ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΥ**

Καθώς τα παιδιά μεγαλώνουν και αναπτύσσονται, μεταφέρονται σε έναν διευρυμένο κόσμο προσώπων, δραστηριοτήτων, και συναισθημάτων. Κάθε παιδί αποκτά μια συγκεκριμένη δομή προσωπικότητας. Έτσι, μπορεί να χαρακτηριστεί ως ντροπαλό, φιλόδοξο, κοινωνικό ή προσεκτικό.

Η σημασία του σχολείου ως χώρος κοινωνικοποίησης μπορεί να διαιρεθεί σε τρία επιμέρους θέματα: το σχολείο και η κοινωνία, η τάξη, και ο δάσκαλος. Όταν τα παιδιά αρχίζουν το σχολείο είναι συνήθως η πρώτη φορά που έρχονται υπό την επίβλεψη των ανθρώπων που δεν είναι οι συγγενείς τους. Είναι πιθανό ότι το σχολείο είναι ο πρώτος χώρος που ενθαρρύνει τα παιδιά να αναπτύξουν τα πιστεύω και τα συναισθήματα που υπερβαίνουν την οικογένεια και τα συνδέουν με μια ευρύτερη κοινωνική τάξη. Ο δεύτερος φορέας κοινωνικοποίησης που είναι το σχολείο είναι ο χώρος που το παιδί βρίσκεται σε ένα ξένο περιβάλλον γι αυτό όπου καλείται να επιβιώσει. Εκεί λοιπόν ο εκπαιδευτικός και γενικότερα το σχολείο εφαρμόζοντας κάποια προγράμματα και πρακτικές καλούνται να επιλύσουν διάφορα θέματα που δημιουργούνται μεταξύ των μαθητών σχετικά με τις συμπεριφορές που προκύπτουν από τις εκδηλώσεις των συναισθημάτων όπως είναι και η ζήλια.

Η σχολική κοινωνική εργασία είναι ένας εξειδικευμένος τομέας μέσα στον ευρύ χώρο του επαγγέλματος της κοινωνικής εργασίας. Οι σχολικοί κοινωνικοί λειτουργοί φέρνουν μοναδικές γνώσεις και δεξιότητες στο σχολικό σύστημα και στις υπηρεσίες κοινωνικής εργασίας προς τους μαθητές. Συμβάλλουν στην προώθηση του σκοπού του σχολείου που είναι η εκπαίδευση. Οι ρόλος τους αφορά την ενίσχυση της αποστολής του σχολείου



που είναι η υψηλής ποιότητας εκπαίδευση, ειδικά όπου το σπίτι, το σχολείο και η κοινοτική συνεργασία είναι το κλειδί στην επίτευξη αυτής της αποστολής.

Η αποτελεσματική πρακτική της σχολικής κοινωνικής εργασίας απαιτεί δυνατές ηθικές αξίες και ένα ευρύ φάσμα δεξιοτήτων και γνώσεων. Η απασχόληση προσωπικού με επαγγελματική εκπαίδευση, πρακτική κατάρτιση και εμπειρία θα ωφελήσει τα σχολεία και τις κοινότητες που αυτά εξυπηρετούν. Οι επαγγελματικά καταρτισμένοι σχολικοί κοινωνικοί λειτουργοί μπορούν να φέρουν εις πέρας πολύ βαρυ και φορτωμένο πρόγραμμα χειρισμού περιπτώσεων και να εργαστούν γρηγορότερα και αποτελεσματικότερα από εκείνους που δεν έχουν λάβει κατάρτιση επί του θέματος(π.χ. κοινωνικός λειτουργός vs. καθηγητής οικιακής οικονομίας) παρέχοντας, κατά συνέπεια, περισσότερες υπηρεσίες προς τους μαθητές αλλά και το διδακτικό προσωπικό. Επιπρόσθετα και στο θέμα της ζήτησης των παιδιών ένας καταρτισμένος κοινωνικός λειτουργός με επιστημονική γνώση και εμπειρία αλλά και θέληση συνεργασίας με τους γονείς και το ευρύτερο περιβάλλον του σχολείου, θα μπορέσει να επιλύσει και να αντιμετωπίσει το ζήτημα αυτό με συνέπεια και σεβασμό στην ιδιοσυγκρασία του κάθε παιδιού και της κάθε οικογένειας χωριστά (Πούλου,Μ 2008).

Η σχολική κοινωνική εργασία είναι μία ειδικότητα της κοινωνικής εργασίας που απαιτεί κατάρτιση στην αναπτυξιακή εξέλιξη και ωρίμανση των παιδιών, την ψυχολογία παιδιών, τα διάφορα διαγνωστικά εργαλεία, και την παροχή υπηρεσιών κοινωνικής εργασίας στα σχολεία. Οι σχολικοί κοινωνικοί λειτουργοί πρέπει να γνωρίζουν τη νομοθεσία που αφορά τα διάφορα πλαίσια της εκπαίδευσης και να μπορούν να αναγνωρίζουν την παρουσία περιπτώσεων με ειδικές ανάγκες. Θα πρέπει να είναι εκπαιδευμένοι στη διαδικασία αξιολόγησης και να ξέρουν πώς να ερμηνεύσουν τα στοιχεία αξιολόγησης. Είναι πολύ σημαντικό να είναι σε θέση να παρεμβαίνουν στα διάφορα περιστατικά με προσέγγιση που να ανταποκρίνεται στα καλύτερα πρότυπα πρακτικής και καταργούν τα όποια εμπόδια που παρεμβάλλονται όσον αφορά την εκπαίδευση των μαθητών που αντιμετωπίζουν διάφορες δυσκολίες όπως εκπαιδευτικές, συναισθηματικές, νοητικές, συμπεριφοράς, ή υγείας.

Οι σχολικοί κοινωνικοί λειτουργοί εκπαιδεύονται ειδικά για να μπορούν να προσδιορίσουν τους μαθητές που βρίσκονται σε κίνδυνο και για να παρεμβαίνουν για να βοηθήσουν τους σπουδαστές και τις οικογένειες τους στην εξέταση των ανησυχιών συμπεριλαμβανομένης της κατάχρησης ουσιών, σωματικής και πνευματικής υγείας, και της σχολικής βίας. Αποτελούν την κρίσιμη σύνδεση για τις οικογένειες και τους μαθητές σε σχέση με την σύνδεση τους με υπηρεσίες στην Κοινότητα. Αφιερώνονται στη βελτίωση των σχολικών συστημάτων και την ανακούφιση των συστημικών εμποδίων στην εκπαίδευση. Οι κοινωνικοί λειτουργοί είναι καταρτισμένοι για να αναπτύσσουν προγράμματα που να αφορούν κοινωνικές δεξιότητες υπηρεσίες συμβουλευτικής καθοδήγησης και εναλλακτικές διαδρομές στην απόκτηση των απαιτούμενων προσεγγίσεων για την εκπαίδευση τους στην επαγγελματική ανάπτυξη για όλο το σχολικό προσωπικό, και σωστό προγραμματισμό μετάβασης από το σχολικό περιβάλλον σε άλλο περιβάλλον όπως του στρατού και του πανεπιστημίου.

Επομένως, μπορούμε να πούμε, ότι ο κοινωνικός λειτουργός μπορεί να συμβάλει καθοριστικά και στην διαμόρφωση συναισθηματικής αγωγής στο παιδί που παρουσιάζει ακραίες συναισθηματικές συμπεριφορές και εκφράσεις λόγω μη σωστής διαχείρισης διαφόρων συναισθημάτων και συγκεκριμένα του συναισθήματος της ζήλειας. Με άλλα λόγια είναι ένας μεσολαβητής, μεταξύ του ατόμου στο οποίο ανήκει και του εξωτερικού του περιβάλλοντος με σκοπό την προστασία του και την επανένταξή του στο κοινωνικό σύνολο . Ένας κοινωνικός λειτουργός μπορεί να εργαστεί σε ίδρυμα κοινωνικών υπηρεσιών, ιδιωτικά,, ως μέλος μιας νοσοκομειακής θεραπευτικής ομάδας που περιλαμβάνει ψυχίατρο, ψυχολόγο, νοσηλευτές καθώς και θεραπευτές (Χατζηχρήστου, Γ. Χ 2004).

Οι κοινωνικοί λειτουργοί δεν μπορούν να χορηγήσουν φάρμακα. Ο κοινωνικός Λειτουργός, ασκεί την κοινωνική εργασία, σε υποστηρικτικό - συμβουλευτικό - θεραπευτικό επίπεδο. Ο κοινωνικός λειτουργός μέσω της υποστηρικτικής θεραπείας στοχεύει στην συναισθηματική εκφόρτιση του ασθενή-στην περίπτωση της παρούσας εργασίας , ο ασθενής είναι το παιδί προσχολικής ηλικίας- καθώς και στην κατανόηση και επεξεργασία των συναισθημάτων αυτών. Η παραδοχή ότι υπάρχει η ασθένεια, η ερμηνεία και η

επεξήγησή της, είναι απαραίτητη με στόχο την ρεαλιστική αντιμετώπισή της, και των επιπτώσεων της στην καθημερινή ζωή του ατόμου. Έτσι λοιπόν η αναγνώριση του συναισθήματος της ζήλιας και η παραδοχή της ύπαρξής της βοηθά τους κοινωνικούς λειτουργούς να το αντιμετωπίσουν σε συνεργασία με τους γονείς και το ευρύτερο οικογενειακό περιβάλλον. Η μετέπειτα επεξεργασία του συναισθήματος αυτού είναι ένα βήμα πιο κοντά στην επίλυσή του.

Η ψυχοκοινωνική φροντίδα του παιδιού προσχολικής ηλικίας μπορεί να ενισχύσει τις εσωτερικές του δυνάμεις και να τον βοηθήσει στην πιο αποτελεσματική αντιμετώπιση των προβλημάτων του. Παραδοσιακά ο κοινωνικός λειτουργός έρχεται σε επικοινωνία με τον εισερχόμενο παιδί προσχολικής ηλικίας και με τους συγγενείς του (εάν υπάρχουν). Ο κοινωνικός λειτουργός, προσεγγίζει και βοηθά τον "άρρωστο" παιδί προσχολικής ηλικίας και το περιβάλλον του με διάλογο, με παρεμβάσεις ενίσχυσης της αυτοεκτίμησης και γενικότερης ψυχοκοινωνικής στήριξης. Γενικά, αντιμετωπίζει τον ασθενή σαν βιοψυχοκοινωνική οντότητα υπό το πρίσμα της ολιστικής προσέγγισης.

Συλλέγει στοιχεία κοινωνικού ιστορικού για το παιδί που βρίσκεται στην πρώιμη ηλικία και την οικογένεια του, που θα χρησιμοποιηθούν στο ιατρικό έργο για τη θεραπεία του παιδιού. Η συναισθηματική στήριξη του "αρρώστου", στην περίπτωση μας παιδί προσχολικής, με βίαιες συμπεριφορές εξαιτίας εκδήλωσης του αισθήματος της ζήλιας, είναι πολυδιάστατη και πρέπει να ξεκινά πρώτα απ' όλα από μια σωστή εκτίμηση. Γίνεται αξιολόγηση των κοινωνικών προβλημάτων που συνυπάρχουν με τη πάθηση του ασθενούς. Σημαντικό βήμα για την προσέγγιση του ασθενούς είναι η καλή επικοινωνία η οποία εξασφαλίζεται κυρίως μέσω διαλόγου. Ενός διαλόγου που αποπνέει σεβασμό στον ασθενή και του παρέχει την απαιτούμενη πληροφόρηση και υποστήριξη. Ο κοινωνικός λειτουργός φροντίζει και παρέχει στήριξη.

Οι υπηρεσίες που μπορεί να προσφέρει ένα κοινωνικός λειτουργός σε φορείς, ιδρύματα, νοσοκομεία, ειδικές σχολικές μονάδες. Στην περίπτωση της παρούσας πτυχιακής εργασίας, θα μας ενδιαφέρει να μελετήσουμε τα προγράμματα και τις παρεμβάσεις που εφαρμόζει, στα πλαίσια των

αρμοδιοτήτων ένας κοινωνικός λειτουργός που δουλεύει κυρίως σε ειδικές σχολικές μονάδες δηλαδή εκεί που συνήθως λόγω των ιδιομορφιών των παιδιών παρουσιάζονται ακραίες συμπεριφορές και εκφράσεις.

Η κοινωνική και συμβουλευτική υποστήριξη που παρέχεται από κοινωνικούς λειτουργούς αποσκοπεί στην :

- καθοριστική συμβολή στην υποστήριξη και ενθάρρυνση του παιδιού και της οικογένειάς του, ώστε να επιλύσουν τα προβλήματα που τυχόν αντιμετωπίζουν.
- στη μέγιστη δυνατή αξιοποίηση των δυνατοτήτων του ατόμου.
- στην κινητοποίηση και ευαισθητοποίηση της κοινής γνώμης και των φορέων για την άμβλυνση των προβλημάτων των παιδιών.

## **8.8 ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΚΑΙ ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΙΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΥ**

Τα προγράμματα και οι παρεμβάσεις συνήθως που χρησιμοποιούν οι κοινωνικοί λειτουργοί σε ειδικές σχολικές μονάδες είναι οι ακόλουθες:

-Για κάθε νέα περίπτωση μαθητή στο σχολείο, ο Κοινωνικός Λειτουργός έρχεται σε επαφή με το γονέα, αφενός για να τον ενημερώσει για τον τρόπο λειτουργίας του προγράμματος και αφετέρου για να κάνει λήψη κοινωνικού ιστορικού, ώστε να γνωρίσει το κοινωνικό – οικονομικό – ιατρικό – πολιτιστικό – ιστορικό ανάπτυξης & εξέλιξης του παιδιού, καθώς και τη σύνθεση της οικογένειας.

-Αξιολόγηση της κάθε περίπτωσης και εξατομικευμένο πρόγραμμα δράσης ανά οικογένεια.

-FOLLOW UP συναντήσεων με τους γονείς προκειμένου να τους παρασχεθεί Συμβουλευτική.

-Λειτουργία Σχολής Γονέων. Σκοπός αυτού του προγράμματος είναι αφενός η σύσφιξη σχέσεων και η αλληλουποστήριξη μεταξύ των γονέων και αφετέρου η ανάπτυξη θεματολογίας όπως:

- Μέθοδος ανατροφής
- Σχέσεις μεταξύ γονέων και παιδιών
- Εντοπισμός θετικών και αρνητικών συμπεριφορών
- Ενίσχυση της θετικής συμπεριφοράς
- Ανάπτυξη πρωτοβουλίας και υπευθυνότητας
- Συμβουλευτική στις μονογονεϊκές οικογένειες.
- Σειρά άλλων θεμάτων πάνω στη νηπιακή – παιδική και εφηβική ηλικία

-Πρόγραμμα διαλέξεων από ειδικούς επιστήμονες, όπως παιδοψυχίατροι, διατροφολόγοι, κοινωνικοί λειτουργοί κ.α. προκειμένου να ενημερώνονται καίρια και υπεύθυνα οι γονείς, αλλά και το προσωπικό της σχολικής μονάδας, για θέματα που αφορούν τα παιδιά μας.

-Εφαρμογή προγράμματος κοινωνικοποίησης μαθητών: όπως π.χ «Γνωρίζω τον εαυτό μου».

-Πρόγραμμα βοήθειας οικογενειών που βρίσκονται σε κρίση. Το πρόγραμμα αυτό απαντά στις έκτακτες, συνεχείς εμφανιζόμενες ανάγκες οικογενειών που βρίσκονται σε κρίση. Ανάλογα με την ανάγκη ο Κοινωνικός Λειτουργός ενεργοποιεί πηγές βοήθειας, όπως δημόσιους φορείς, ιδιωτικές εταιρείες, κοινωφελή ιδρύματα, κέντρα απεξάρτησης κα. Ο σκοπός αυτού του προγράμματος είναι να ισορροπήσει τις εντάσεις και την παθολογία μέσα στην οικογένεια ώστε τα παιδιά να βιώνουν μια όσο το δυνατόν πιο ήρεμη ζωή.

-Πρόγραμμα επισκέψεων κοινωνικού λειτουργού σε σπίτια. Το πρόγραμμα αυτό αποσκοπεί στη διερεύνηση του οικογενειακού περιβάλλοντος και στις συνθήκες διαβίωσης των μαθητών. Στον οικείο χώρο του σπιτιού έχω τη δυνατότητα να δω και όλα τα μέλη της οικογένειας

-Συνεργασία με τον διευθυντή και το διδακτικό προσωπικό

Στόχος είναι η ευαισθητοποίηση των συνεργατών για τις ιδιαίτερες ανάγκες του κάθε μαθητή, όπως αυτές προκύπτουν από την ιδιαίτερη ενασχόληση με την οικογένεια.

Επιπλέον ενημέρωση για θέματα που αφορούν την πρόοδο των μαθητών, συμπεριφορές που αναπτύσσουν στην τάξη και τυχόν παλινδρόμηση της συμπεριφοράς τους. Το πρόγραμμα αυτό αποβλέπει στον έγκαιρο εντοπισμό προβλημάτων και στην έγκαιρη αποκατάσταση της κάθε περίπτωσης.

-Συμμετοχή του κοινωνικού λειτουργού σε εκπαιδευτικές επισκέψεις

– εκδρομές, εκκλησιασμούς, αθλητικές δραστηριότητες, σχολικές εορτές κ.α.

-Παροχή κοινωνικής εργασίας.

Το πρόγραμμα αυτό πραγματοποιείται καθημερινά. Οι στόχοι που εξυπηρετούνται είναι ενδεικτικά:

•Να μάθει το παιδί να συνεργάζεται με τους άλλους (να παίζει τηρώντας τους κανόνες του παιχνιδιού, να βοηθά τους άλλους όταν έχουν ανάγκη, να συμμετέχει στη λήψη αποφάσεων, να αναλαμβάνει τις ευθύνες του κ.α.)

•Να αναπτύξει διαπροσωπικές σχέσεις

•Να μάθει κανόνες συμπεριφοράς

•Να είναι ευγενικός με τους άλλους

•Να εκτελεί πρόθυμα τις εντολές ή οδηγίες που του δίνονται

•Να σέβεται τα δικαιώματα των άλλων

•Να δέχεται την αποτυχία

•Να μπορεί να προσαρμοστεί στο φυσικό περιβάλλον

•Να παρατηρεί το φυσικό περιβάλλον, τόσο μέσα από επισκέψεις σε μουσεία κ.α, όσο και από την επεξεργασία εικόνων μέσα στην τάξη μου (ζώα, φυτά, φυσικά φαινόμενα, γεωφυσικό περιβάλλον)

- Να μάθει να περιγράφει και να ερμηνεύει στοιχεία του φυσικού περιβάλλοντος.
- Να αγαπήσει το φυσικό περιβάλλον και να ενδιαφέρεται εμπράκτως για την διατήρησή του (πχ να κάνει ανακύκλωση κα.)
- Να μάθει να προφυλάσσεται από κινδύνους
- Να κυκλοφορεί με ασφάλεια στους δρόμους
- Να προφυλάσσεται από κινδύνους μέσα στο σπίτι (απορρυπαντικά, καυστικά υγρά, φάρμακα)
- Να προφυλάσσεται από κινδύνους σε χώρους έξω από το σχολείο και το σπίτι, όπως ηλεκτροπληξία, εγκαύματα, πτώσεις, τραυματισμούς με αιχμηρά αντικείμενα, προστασία από παρατεταμένη έκθεση στον ήλιο, στο κρύο, στην υγρασία, να μην απαντά σε ξένους, τι κάνει σε περίπτωση που χαθεί σε ένα μαγαζί ή στο δρόμο κα.

## ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΗ ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

Οι ερευνητικές μέθοδοι διακρίνονται σε ποιοτικές και ποσοτικές. Για τον Kvale (1996) «Οι ποσοτικές αναλύουν την ποσότητα εμφάνισης του φαινομένου που εξετάζεται, και οι ποιοτικές αναφέρονται στο είδος και στο συγκεκριμένο χαρακτήρα του φαινομένου» (σελ. 67). Και οι δύο μέθοδοι δίνουν τη δυνατότητα στον ερευνητή να προσεγγίσει ένα ερευνητικό πεδίο και να επικεντρωθεί σε αυτό.

Ο ερευνητής που ακολουθεί ποιοτική μέθοδο παρατηρεί, παίρνει συνεντεύξεις, κρατά σημειώσεις, περιγράφει και ερμηνεύει τα φαινόμενα όπως ακριβώς έχουν. Για την Eisner (1991) «Όταν ο ερευνητής εργάζεται πάνω στο πεδίο που μελετά, είναι πάντα ενεργός, γιατί οι ποιοτικές μέθοδοι απαιτούν να γίνεται χρήση όλων εκείνων των στοιχείων, που ο ερευνητής συναντά: σχόλια από όσους σχετίζονται με το αντικείμενο, κάτι που ο ίδιος παρατηρεί, ακόμα και τον τρόπο που τα υποκείμενα κάθονται ή συνομιλούν» (σελ. 217). «Αφού συλλέξει τα δεδομένα, θα προσπαθήσει να τα ερμηνεύσει με τη βοήθεια της βιβλιογραφίας» (σελ. 36).

Οι ποιοτικές μέθοδοι δίνουν την ευκαιρία στον ερευνητή να στοχεύσει στο τι σημαίνει για τα υποκείμενα η εμπειρία για την οποία μιλούν, με άλλα λόγια, να εμβαθύνει και να διακρίνει, σύμφωνα με τη δική του διαμορφωμένη άποψη, πλευρές του υπο διερεύνηση ζητήματος, που αυτός θα κρίνει σημαντικές.

Οι ποσοτικές μέθοδοι βασίζονται σε αριθμητικά στοιχεία και σε στατιστικές συγκρίσεις, στην μέτρηση των θεωρητικών εννοιών μέσω εργαλείων, όπως είναι το τυποποιημένο ερωτηματολόγιο προκειμένου να εξαγάγουν αιτιακές σχέσεις. Βασικός στόχος είναι να ταξινομηθούν τα χαρακτηριστικά σε κατηγορίες για να μπορούν να μετρηθούν και να κατασκευαστούν στατιστικά μοντέλα για να μπορέσει να εξηγηθεί αυτό που παρατηρείται. Με άλλα λόγια, στην ποσοτική μέθοδο περιλαμβάνεται η μέτρηση και ποσοτικοποίηση κοινωνικών φαινομένων. Η ποσοτική έρευνα προσπαθεί να εξηγήσει φαινόμενα με την συλλογή αριθμητικών δεδομένων



που αναλύονται χρησιμοποιώντας μαθηματικές μεθόδους και ειδικότερα στατιστικά στοιχεία.

## **ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ-ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ**

### **- Είδος έρευνας**

Στη συγκεκριμένη εργασία διεξήχθη μια πρωτογενής έρευνα ενώ πραγματοποιήθηκε ποσοτική μέθοδος προσέγγισης. Οι ερωτώμενοι επιλέχθηκαν με τυχαία δειγματοληψία από 50 νηπιαγωγεία της Πάτρας. Τα ερωτηματολόγια που απαντήθηκαν ήταν 120 .Μετά από τη συγκέντρωση των ερωτηματολογίων αυτά αναλύθηκαν ποσοτικά με τη χρήση του στατιστικού πακέτου SPSS 17.0 for Windows. Αρχικά πραγματοποιήθηκε η εισαγωγή των δεδομένων και στη συνέχεια η επεξεργασία τους ενώ στη συνέχεια ακολούθησε η ερμηνεία των αποτελεσμάτων και η εξαγωγή των συμπερασμάτων.

### **- Ερευνητικά ερωτήματα**

Η μέθοδος αυτή θεωρήθηκε καταλληλότερη για τη συγκέντρωση στοιχείων σε σχέση με τα ερευνητικά ερωτήματα τα οποία είναι:

- Η διερεύνηση των τρόπων εκδήλωσης της ζήλιας ανάμεσα στα αδέρφια και τους συνομηλίκους στην προσχολική ηλικία , και
- Η διερεύνηση των τρόπων αντιμετώπισης της ζήλιας αδερφών και συνομηλίκων από γονείς και εκπαιδευτικούς και κοινωνικούς λειτουργούς των παιδιών προσχολικής ηλικίας.

### **- Σκοπός έρευνας**

Σκοπός της παρούσας πτυχιακής εργασίας είναι:

Να διερευνηθούν οι τρόποι εκδήλωσης της ζήλιας κυρίως ανάμεσα στα αδέρφια και τους συνομηλίκους των παιδιών προσχολικής ηλικίας , καθώς οι

τρόποι αντιμετώπισης της ζήλιας από γονείς και εκπαιδευτικούς καθώς και απο κοινωνικούς λειτουργούς όταν κρίνεται απαραίτητο.

## **- Στόχοι έρευνας**

**Οι στόχοι της έρευνας είναι:**

- Η κατανόηση του φαινομένου της ζήλιας στα παιδιά προσχολικής ηλικίας
- Ο ρόλος των γονέων και των παιδαγωγών στην άμβλυση του φαινομένου της ζήλιας απέναντι σε αδέρφια και συνομηλίκους
- Ο ρόλος του κοινωνικού λειτουργού και η σημασία της παραδοχής του προβλήματος από το οικογενειακό περιβάλλον
- Η αντιμετώπιση της ζήλιας τόσο ενδοοικογενειακή όσο και από τον κοινωνικό λειτουργό

## **- Δειγματοληψία**

Η δειγματοληψία ήταν τυχαία καθώς το δείγμα των νηπιαγωγείων που επιλέχθηκε δεν είχε κάποια συγκεκριμένα χαρακτηριστικά. Με τη μέθοδο αυτή έγινε επιλογή ενός τυχαίου δείγματος ορισμένου μεγέθους από τον πληθυσμό. Χαρακτηριστικό της μεθόδου αυτής είναι ότι κάθε μέλος του πληθυσμού έχει την ίδια πιθανότητα επιλογής στο δείγμα (αμερόληπτη επιλογή).

## **- Μέθοδος συλλογής δεδομένων**

Για το σκοπό της έρευνας και προκειμένου να διεξαχθεί αυτή και να προκύψουν τα συμπεράσματά της, διεξήχθησαν ερωτήσεις ανοιχτού και κλειστού τύπου, με τη χρήση ερωτηματολογίου, οι οποίες έδιναν το περιθώριο στους ερωτηθέντες να απαντήσουν όπως ακριβώς ήθελαν. Βάσει των απαντήσεων του δείγματος συγκεντρώθηκε και αξιολογήθηκε το υλικό των απαντημένων ερωτηματολογίων με γονείς των παιδιών προσχολικής ηλικίας

που ζήτησαν ή όχι τη βοήθεια κοινωνικού λειτουργού μέσω της σχολικής μονάδας ή ανεξάρτητα.

Θα πρέπει να σημειωθεί ότι η έρευνα πραγματοποιήθηκε στους γονείς που συνοδεύουν τα παιδιά τους στο νηπιαγωγείο και είναι υπεύθυνοι, κατά το μεγαλύτερο μέρος, για τη διαπαιδαγώγηση των παιδιών τους.

### **- Τόπος και χρόνος συλλογής δεδομένων**

Η έρευνα πραγματοποιήθηκε στη διάρκεια ενός εξαμήνου από το Μάιο του 2015 έως και το Νοέμβριο του ίδιου έτους σε 50 μονάδες προσχολικής αγωγής στην Πάτρα. Αρχικά οι ερευνήτριες επισκέφτηκαν τα νηπιαγωγεία που θα έπαιρναν μέρος στην έρευνα και ενημέρωσαν τους γονείς για το σκοπό και τη μέθοδο που θα ακολουθούσαν καθώς και σχετικά με τον τρόπο που θα πραγματοποιούνταν η έρευνα, δίνοντας έτσι μια πρώτη εικόνα για το τι θα ακολουθούσε. Αυτό έγινε φυσικά με τη σύμφωνη γνώμη των διευθυντών των σχολείων.

Όσον αφορά τη διανομή και απάντηση των ερωτηματολογίων σε πραγματικό χώρο και χρόνο προσεγγίστηκαν με συμφωνημένα ραντεβού οι γονείς που επιθυμούσαν να συμμετάσχουν στην έρευνα, οι ερευνήτριες μετέβαιναν στο χώρο που τους διευκόλυνε είτε εντός είτε εκτός σχολείου έτσι ώστε να μην παρεμποδίζεται η εύρυθμη λειτουργία του.

### **- Τήρηση απορρήτου**

Τέλος θα πρέπει να τονιστεί ότι διασφαλίστηκε η ανωνυμία των ερωτηθέντων και η τήρηση του απορρήτου των προσωπικών τους δεδομένων.

### **- Περιορισμοί έρευνας**

Οι περιορισμοί της έρευνας έγκειται στο ότι δεν μπορούν να γενικευτούν τα αποτελέσματά της στο γενικό πληθυσμό αφού το δείγμα είναι τυχαίο και αυτή πραγματοποιήθηκε στο πλαίσιο εκπόνησης της διπλωματικής

εργασίας. Ένας ακόμη περιορισμός είναι ότι λόγω του είδους της έρευνας δεν διασφαλίζεται ότι οι αντιλήψεις που επικρατούν τη δεδομένη χρονική στιγμή θα ισχύουν και σε μια αντίστοιχη έρευνα στο μέλλον.

Ωστόσο μπορεί να αποτελέσει το έναυσμα για μια αντίστοιχη πανελλαδική έρευνα που θα αποτυπώσει πιο αντιπροσωπευτικά τη στάση και την αντίληψη του πληθυσμού της χώρας ή και σε σύγκριση με τη στάση και την αντίληψη άλλων χωρών όσον αφορά το θέμα αυτό.

## **- Το Δείγμα**

Οι γονείς που απάντησαν στις ερωτήσεις της συνέντευξης (η χρονική διάρκεια της οποίας παρουσίασε μια ποικιλία όσον αφορά τη χρονική της διάρκεια, χωρίς όμως να είναι λιγότερη από 20 λεπτά), ήταν 120 και ήταν κυρίως άντρες (65%). Τα υπόλοιπα χαρακτηριστικά του δείγματος αφορούν την ηλικιακή τους ομάδα (30-40 ετών) στην πλειονότητά τους (63%) και την μόρφωσή τους (ανώτατης-ανώτερης εκπαίδευσης) οι περισσότεροι. Μια τελευταία πληροφορία αποτελεί το αν οι γονείς ήταν εργαζόμενοι ή άνεργοι. Οι περισσότεροι ήταν εργαζόμενοι με ποσοστό 75%. Η σύνθεση των οικογενειών ήταν τριμελής ή τετραμελής (οικογένειες με 1 ή 2 παιδιά).

Η ανάλυση του υλικού των ερωτηματολογίων πραγματοποιήθηκε από τις ερευνήτριες και τα συμπεράσματα που προέκυψαν αποτελούν αποτέλεσμα της βιβλιογραφικής ανασκόπησης του θεωρητικού μέρους και προσέγγισης των συγγραφέων της παρούσας εργασίας.

## **- Θεματικοί άξονες**

**Τρεις ήταν οι θεματικοί άξονες** που ομαδοποιήθηκαν μετά την αξιολόγηση των απαντήσεων των ερωτώμενων μέσω της διαδικασίας των ερωτηματολογίων που προέκυψαν από την κατηγοριοποίηση των θεμάτων. Αυτοί ήταν: οι παράγοντες που επιδρούν στην εμφάνιση του συναισθήματος της ζήλιας, οι τρόποι εκδήλωσης της ζήλιας και οι τρόποι αντιμετώπισής της από τους γονείς και τους ειδικούς/ κοινωνικούς λειτουργούς της προσχολικής ηλικίας. Ας δούμε αυτούς τους τρεις άξονες αναλυτικά:

## Παράγοντες επίδρασης

Καταρχήν όσον αφορά τους γονείς, αυτοί παρατηρούν μεγαλύτερη ένταση της ζήλιας :

Στο πρωτότοκο παιδί με τον ερχομό του δεύτερου παιδιού αφού το τελευταίο αποσπά την προσοχή των γονιών και το πρώτο παιδί "χάνει" την αποκλειστικότητα και την απόλυτη αφοσίωση των γονιών αλλά και των υπολοίπων συγγενικών προσώπων. Το παιδί προσχολικής ηλικίας έχει συγκροτηθεί ως προσωπικότητα σε μεγάλο βαθμό, έχει ήδη τη δική του ζωή, τους δικούς του φίλους, έχει συνήθως αποχωριστεί τη μητέρα του και πηγαίνει στον παιδικό σταθμό, έχει συνδεθεί και με άλλα πρόσωπα. Ο ερχομός ενός δεύτερου παιδιού το βρίσκει ήδη αρκετά ανεξάρτητο και απειλεί τον ψυχικό του χώρο, τις σχέσεις του και τη ζωή του. Έτσι οι γονείς παρατηρούν πιο έντονα τη ζήλια του πρωτότοκου προς το δεύτερο παιδί, συμπέρασμα που επιβεβαιώνεται και στη θεωρία τη σχετική με το θέμα αυτό. Ωστόσο και τα τρίτα στη σειρά παιδιά αισθάνονται ζήλια για τα δεύτερα κ.ο.κ. Επειδή το δείγμα μας αποτελείται στην πλειονότητά του από τριμελής ή τετραμελής οικογένειες, η ζήλια είναι έντονη από το πρωτότοκο παιδί προς το δευτερότοκο.

Οι νέες έρευνες δείχνουν ότι αδέρφια με διαφορά ηλικίας έως 3 χρόνια, ζηλεύουν πολύ περισσότερο απ ότι τα αδέρφια με διαφορά ηλικίας 6-7 χρόνια (που αποτελούν σύμφωνα με πολλούς συγγραφείς, την ιδανική διαφορά ηλικίας). Το παιδί δημιουργεί περισσότερες διαπροσωπικές σχέσεις και ζηλεύει λιγότερο τον αδερφό/ή του. Δημιουργεί το δικό του κοινωνικό περίγυρο και δεν δίνει μεγάλη σημασία στο θέμα αυτό. Έχει περιχαρακωθεί στις προσωπικές του σχέσεις και δραστηριότητες και δε νοιώθει ότι κινδυνεύει από οποιονδήποτε μέσα στο σπίτι του. Αναφορικά με το φύλο, αυτό φαίνεται ότι επιδρά στην εντονότερη εκδήλωση της ζήλιας. Ο ανταγωνισμός είναι εντονότερος ενώ και οι συγκρίσεις είναι πιο άμεσες σε όλους τους τομείς και αφορούν τη σχολική επίδοση, τις αθλητικές επιδόσεις, την ομορφιά, κ.λ.π. Αδέρφια και συνομήλικοι ίδιου φύλου εμφανίζονται να ζηλεύουν πιο πολύ απ'ότι οι συνομήλικοι.

Επιπρόσθετα, από πολλές έρευνες στη βιβλιογραφία (Miller et. Al. 2000 ), προκύπτει ότι όταν γεννηθεί το δεύτερο παιδί, ο πατέρας είναι πιο κοντά στο πρώτο παιδί γιατί η μητέρα φροντίζει το νεογέννητο . Αυτό συμφωνεί με τη βιβλιογραφία που υπάρχει και εξηγείται από το γεγονός ότι αδέρφια ή συνομήλικοι ίδιου φύλου διεκδικούν τα ίδια παιχνίδια και έχουν κοινά ενδιαφέροντα και δραστηριότητες σε αντίθεση με αυτά διαφορετικού φύλου. Όταν τα αδέρφια είναι διαφορετικού φύλου, υπάρχει και η δικαιολογία ότι ο άλλος είναι όντως «διαφορετικός» και έτσι μειώνονται κάπως οι συγκρίσεις. Όμως και πάλι δε θα αποφευχθούν οι συγκρούσεις εξαιτίας του φύλου και των διαφορετικών ενδιαφερόντων. Ιδιαίτερο ρόλο θα παίξουν και οι «προτιμήσεις» των δυο γονέων προς κάποιο από τα παιδιά τους. Χαρακτηριστική είναι η περιγραφή της έντασης πολλών γονέων για τους καβγάδες ιδιαίτερης έντασης και εκδηλώσεις ακραίας συμπεριφοράς μεταξύ παιδιών ίδιου φύλου.

Οι καλές σχέσεις των συζύγων μεταξύ τους, ο ποιοτικός χρόνος που αφιερώνουν στα παιδιά τους, οι αρμονικές σχέσεις με τον ευρύτερο κοινωνικό περίγυρο, η σύμπραξη και συναίνεση των γονέων για τον τρόπο διαπαιδαγώγησης των παιδιών είναι ακόμη θετικοί παράγοντες που συμβάλλουν στην άμβλυνση του συναισθήματος της ζήλιας στο πλαίσιο της οικογένειας και τις σχέσεις των παιδιών με τους συνομηλίκους. Επειδή οι γονείς του δείγματος είναι ανώτατης και ανώτερης εκπαίδευσης, φαίνεται ότι αυτό επηρεάζει και τον τρόπο διαπαιδαγώγησης και συμβολής στην αρμονική συναισθηματική και γνωστική ανάπτυξη των παιδιών τους. Βέβαια, οι γυναίκες που κυριαρχούν στο δείγμα των γονέων, είναι εκ της φύσης του φύλου τους, περισσότερο συναισθηματικές και ασχολούνται με τα παιδιά αρκετά αφού είναι και άνεργες. Όσο περισσότερο περιχαράκωνεται η αρμονία και η ποιοτική ενασχόληση των γονέων με τα παιδιά τους αλλά και οι ομαλές σχέσεις με τον ευρύτερο επαγγελματικό και κοινωνικό ουσ περίγυρο, τόσο λιγότερη είναι η εμφάνιση της ζήλιας στα παιδιά προσχολικής ηλικίας. Τα παραπάνω τα συναγάγαμε από τα λεγόμενα των γονέων.

Όσον αφορά τους τρόπους εκδήλωσης της ζήλιας είναι αρκετοί και οι περισσότεροι από αυτούς κοινοί για τους γονείς που πραγματοποιήθηκε η έρευνα:

Καταρχήν ένα παιδί προσχολικής ηλικίας που ζηλεύει, θα εκδηλώσει επιθετικότητα και βίαιη συμπεριφορά με καβγάδες λεκτικούς (όπως για παράδειγμα άσχημα λόγια, πειράγματα και κοροϊδία) αλλά και σωματική βία (όπως σπάσιμο παιχνιδιού, άρπαγμα παιχνιδιού, χτυπήματα, δαγκωματιές και κλωτσιές). Η επιθετικότητα αναφέρθηκε εκτενώς από τους γονείς. Στο σημείο αυτό καλό θα ήταν να αναφερθεί ότι η επιθετικότητα αφορά ,σύμφωνα με έρευνες, πολύ περισσότερο τα αγόρια παρά τα κορίτσια από το 3<sup>ο</sup> έτος της ζωής τους και μετά. Οι διαφορές αφορούν τον τρόπο που τα δυο φύλα εκδηλώνουν την επιθετικότητα με τα κορίτσια να επιτίθενται λεκτικά, κατά κύριο λόγο, ενώ τα αγόρια στρέφουν την επιθετικότητά τους στους συνομηλίκους και τα αδέρφια τους, κυρίως σωματικά. Το παραπάνω ίσως οφείλεται πιθανόν στο γεγονός ότι οι γονείς αποδοκιμάζουν περισσότερο τα κορίτσια απ ό τι τα αγόρια όταν εκδηλώνουν την επιθετικότητά τους. Οι κοινωνικές νόρμες θέλουν το κορίτσι υπάκουο και ευαίσθητο και το αγόρι επιθετικό και διεκδικητή. Βέβαια, στην έρευνά μας, που συμμετέχουν γονείς με τα συγκεκριμένα χαρακτηριστικά, δηλαδή γυναίκες υπεύθυνες για τη διαπαιδαγώγηση των παιδιών και μάλιστα με υψηλή μόρφωση, οι γονείς δεν φαίνεται να διαφοροποιούνται ως προς την αντιμετώπιση της επιθετικότητας σε αγόρια και κορίτσια.

Η αντιμετώπιση αυτής της συμπεριφοράς διαφέρει ανάλογα με το επίπεδο και την προσωπικότητα των δυο γονέων που ρωτήθηκαν αλλά και τη γενικότερη αντίληψή τους για την υιοθέτηση τρόπων συναισθηματικής αγωγής. Πολλοί γονείς ενώ εντοπίζουν πρόβλημα παράφορης ζήλιας στο παιδί τους που εκδηλώνεται με ακραίες διαταραχές (σπάσιμο αντικειμένων, κλωτσιές, ξύλο κλπ), λόγω κοινωνικής προκατάληψης και μη παραδοχής ότι το παιδί τους παρουσιάζει πρόβλημα συμπεριφοράς, αρνούνται να επισκεπτούν τον κοινωνικό λειτουργό ανεξάρτητα ή μέσω της σχολικής μονάδας.

Μια από τις ερωτήσεις ήταν εάν οι γονείς διακρίνουν παθολογικά ή φυσιολογικά όρια ζήλιας στα παιδιά τους και με ποιους τρόπους (η παθολογική) εκδηλώνεται. Από το δείγμα μας, ένα ποσοστό 83% απάντησαν ότι τα παιδιά τους ζηλεύουν σε φυσιολογικά πλαίσια. Οι υπόλοιποι που απάντησαν ότι τα παιδιά τους εκδηλώνουν τη ζήλια παθολογικά (17%), είχαν αναστολές να απευθυνθούν σε κοινωνικό λειτουργό. Τη χρήση των

υπηρεσιών του κοινωνικού λειτουργού. Παρόλα αυτά όμως επεσήμαναν την σπουδαιότητα του ρόλου του μέσα στις σχολικές μονάδες καθώς στον επαγγελματικό τους χώρο. Επιπρόσθετα η συνεχή παροχή υπηρεσιών ενός ειδικού θεωρήθηκε χρήσιμη και απαραίτητη.

Η συναισθηματική αγωγή που παρέχουν οι γυναίκες του δείγματος στα παιδιά τους, φαίνεται ότι χαρακτηρίζεται από υψηλά επίπεδα συναισθηματικής νοημοσύνης μιας και από τις απαντήσεις τους συνάγεται το συμπέρασμα ότι οι άνεργες μητέρες του δείγματος φροντίζουν για την ισόρροπη ανάπτυξη των παιδιών τους έτσι ώστε να μπορέσουν να διαχειριστούν τη ζήλια ενώ οι εργαζόμενες μητέρες δεν διαθέτουν τον κατάλληλο χρόνο γι αυτό.

Σε ερώτηση για το ποιος εντόπισε το πρόβλημα ακραίων διαταραχών συμπεριφοράς που σχετίζονται με τη ζήλια, απάντησαν ότι σε ποσοστό 60% το εντόπισαν οι παιδαγωγοί. Από τις απαντήσεις φαίνεται ότι ο παιδαγωγός συμβάλλει σε πολλές περιπτώσεις στη συναισθηματική διαμόρφωση των παιδιών προσχολικής ηλικίας.

Έπειτα, ένας τρόπος εκδήλωσης ζήλιας είναι οι διαταραχές συμπεριφοράς του παιδιού που ζηλεύει. Κάποιες από αυτές που αναφέρθηκαν εκτενώς, είναι τα έντονα ξεσπάσματα οργής και θυμού, το έντονο και συχνό κλάμα χωρίς εμφανή αίτια, το έντονο πείσμα και η απαιτητικότητα. Τα παραπάνω είναι σε συμφωνία με αυτά που αναφέρονται και στη βιβλιογραφία.

Η παθητικότητα και η άρνηση των παιδιών να συμμετέχουν σε ομαδικές δραστηριότητες αναφέρεται από τους γονείς και τους παιδαγωγούς ως μια εξέχουσα μορφή εκδήλωσης ζήλιας προς τα συνομήλικα παιδιά. Τα παιδιά που ζηλεύουν δεν αντιδρούν σε οποιεσδήποτε προσπάθειες προσέγγισης των υπολοίπων, κλείνονται στον εαυτό τους και αρνούνται πεισματικά να πάρουν μέρος σε ομαδικά παιχνίδια ή ομαδικές δραστηριότητες. Αυτό βέβαια, όπως αναφέρθηκε, μπορεί να υποκρύπτει μια κρυφή ζήλια που δεν εκδηλώνεται άμεσα στα υπόλοιπα παιδιά αλλά υπάρχει σαν συναίσθημα και αρκετές φορές μη μπορώντας να εκφραστεί “σωματοποιείται” ή εκφράζεται σε ανύποπτο χρόνο.

Μια πολύ συχνά αναφερόμενη εκδήλωση της ζήλιας (είτε προς αδέρφια είτε προς συνομηλίκους) είναι και η υπερπροσπάθεια των παιδιών να προσελκύσουν την προσοχή των γονιών ή και των νηπιαγωγών τους.



Επιδίδονται σε μια συνεχή προσπάθεια (είτε με συνεχείς ερωτήσεις είτε με προσποίηση ασθένειας ή αδυναμίας) να ασχολούνται μαζί τους συνέχεια έτσι ώστε να εξασφαλίσουν την πολυπόθητη αποκλειστικότητά τους και την ιδιαίτερη προσοχή .

Οι παλινδρομικές μορφές συμπεριφοράς που αναφέρονται κατά κύριο λόγο από τους γονείς των παιδιών καθώς οι εκπαιδευτικοί δεν φαίνεται να παρατηρούν σε μεγάλο βαθμό τέτοιες μορφές συμπεριφοράς, ανήκουν στην προσπάθεια των παιδιών που ζηλεύουν να προσελκύσουν την προσοχή των γονιών τους. Το παιδί λοιπόν υιοθετεί συμπεριφορές προηγούμενων ηλικιών (όπως πιπίλισμα, ενούρηση, μωρουδίστικος τρόπος ομιλίας κλπ).

Τέλος οι γονείς, συγκρίνοντας πολλές φορές τρόπους συμπεριφοράς και σχολικές επιδόσεις “οδηγούν” τα παιδιά να ζηλεύουν τα αδέρφια και τους συνομήλικους τους. Αυτό μπορεί να οδηγήσει και σε υπερπροσπάθεια προκειμένου να ξεπεράσουν τα αδέρφια ή τους συνομήλικους τους στο σχολείο αλλά αντίθετα μπορεί να οδηγήσει και σε πλήρη παραίτηση από το σχολείο. Τα παιδιά νοιώθουν να υπολείπονται σε σχέση με το υποκείμενο της σύγκρισης και εκφράζουν ζήλια. Οι συμμετέχουσες στο δείγμα της έρευνάς μας μητέρες, αν και έχουν απαιτήσεις από τα παιδιά τους όσον αφορά τις σχολικές τους επιδόσεις, δεν φαίνονται να είναι ιδιαίτερα απαιτητικές. Ωστόσο, αναπόφευκτα πραγματοποιούν κάποιες συγκρίσεις στα παιδιά τους με αποτέλεσμα να δημιουργούν ζήλια. Αντίστοιχα και οι εργαζόμενες μητέρες κάνουν το ίδιο. Οι άντρες του δείγματος δεν φαίνεται να πιέζουν τα παιδιά στο θέμα αυτό και να κάνουν συγκρίσεις σε οποιοδήποτε τομέα δραστηριότητάς τους.

Και οι γονείς αλλά κυρίως οι εκπαιδευτικοί της προσχολικής ηλικίας, αναφέρουν, αυτό που έρευνες έχουν εντοπίσει, ότι η προσκόλληση των παιδιών της ηλικίας που εξετάζουμε, με τη μητέρα τους, επηρεάζει τη σχέση τους με τους συνομηλικούς. Συγκεκριμένα, μια καλή και σταθερή σχέση με τη μητέρα διασφαλίζει καλές σχέσεις και θετικές κοινωνικές συμπεριφορές και καλές σχέσεις από τους συμμαθητές και συνομηλικούς τους ενώ αντίθετα τα παιδιά που δεν αισθάνονται ασφάλεια παρουσιάζουν επιθετικότητα, αντικοινωνική συμπεριφορά και είναι υπερκινητικά σε σχέση με τους συνομηλικούς τους ( Ogelman Hulya Gulay, Serdal Seven ,2012).

Στη συγκεκριμένη έρευνα που πραγματοποιήσαμε, το παραπάνω επιβεβαιώνεται αφού οι μητέρες αναφέρουν καλή και σταθερή σχέση με το ένα ή τα δύο παιδιά τους και έτσι διασφαλίζουν ένα ανεκτό επίπεδο αρμονίας και συνύπαρξης με τους συνομηλίκους. Σε τρεις περιπτώσεις που η σχέση με τη μητέρα δεν είναι δυνατή, παρουσιάζονται κάποια προβλήματα συμπεριφοράς στα παιδιά σε σχέση με συνομηλίκους τους.

### **Τρόποι αντιμετώπισης**

Το παιδί της προσχολικής ηλικίας διακατέχεται από έντονο εγωκεντρισμό σε επίπεδο συναισθηματικό, νοητικό και κοινωνικό. Είναι δύσκολο να μπει στη θέση του άλλου και δεν μπορεί αβίαστα και χωρίς προσπάθεια από πλευράς γονιών και εκπαιδευτικών, να μοιραστεί τόσο σε υλικό όσο και σε συναισθηματικό επίπεδο. Οι πρώτες παραχωρήσεις και δικαιώματα που θα πρέπει να κάνει είναι στο οικογενειακό του περιβάλλον με τον ερχομό ενός νέου παιδιού ή σε σχέση με τα μεγαλύτερα αδέρφια που υπάρχουν στο σπίτι. Το παιδί στερείται, όπως τουλάχιστον αισθάνεται, την αποκλειστική αγάπη, φροντίδα και προσοχή των γονιών του. Στην καλύτερη περίπτωση μοιράζεται αυτή την αγάπη και τη φροντίδα. Συνέπεια των παραπάνω, να ζηλεύει και να κάνει κάθε δυνατή προσπάθεια προκειμένου να επανακτήσει ότι, κατά τη γνώμη, του ανήκει.

Ο ρόλος και η στάση γονιών και παιδαγωγών είναι σημαντικός στο να αμβλύνουν το συναίσθημα της ζήλιας, να μειώσουν τις άσχημες και επικίνδυνες εκδηλώσεις της και κυρίως να μετατρέψουν το άσχημο αυτό συναίσθημα σε εποικοδομητικό για την οικογένεια και το ευρύτερο κοινωνικό περιβάλλον. Ιδιαίτερο όμως ρόλο παίζει οι συμβουλές μέσω του διαλόγου που μπορεί να παρέχει ο κοινωνικός λειτουργός. Ο κοινωνικός λειτουργός μέσω της υποστηρικτικής θεραπείας, στοχεύει στη συναισθηματική εκφόρτιση του παιδιού και στην κατανόηση και επεξεργασία των συναισθημάτων αυτών. Η συναισθηματική στήριξη του παιδιού είναι πολυδιάστατη και πρέπει να ξεκινάει πρώτα απ όλα από μια σωστή εκτίμηση. Γίνεται αξιολόγηση των κοινωνικών προβλημάτων που υπάρχουν μέσα στην οικογένεια σε σχέση με τη συμπεριφορά του παιδιού. Σημαντικό βήμα για την προσέγγιση του παιδιού είναι η καλή επικοινωνία η οποία εξασφαλίζεται μέσω του διαλόγου κυρίως.

Καταρχήν, κάθε παιδί αποτελεί μια ξεχωριστή και ιδιαίτερη προσωπικότητα και ο τρόπος αντιμετώπισης θα πρέπει να διαφοροποιείται ανάλογα με αυτό. Ακόμη και οι γονείς και οι παιδαγωγοί-οι κύριοι φορείς συναισθηματικής αγωγής των παιδιών- αλλάζουν στάση και συμπεριφορά με το πέρασμα των ετών και τις εμπειρίες που αποκτούν στη διάρκεια της ζωής τους.

Κάποιοι τρόποι πάντως, που επισημαίνονται στην έρευνά μας, άλλοτε από τους γονείς και άλλοτε από τους παιδαγωγούς, είναι οι εξής:

Οι γονείς αρχικά θα πρέπει να προετοιμάσουν κατάλληλα το παιδί για τον ερχομό του επόμενου μέλους στην οικογένεια. Έτσι, όπως διατυπώθηκε από όλους εκείνους που είχαν παραπάνω από ένα παιδιά, προετοίμασαν το μεγαλύτερο παιδί κατάλληλα χωρίς να εξιδανικεύουν τις καταστάσεις και μιλώντας για τα θετικά του ερχομού αυτού, χωρίς να παραβλέπουν τις αλλαγές που δεν θα ήταν και οι πλέον ευχάριστες (αλλαγή δωματίου, κλάματα, αλλαγή ρυθμού της οικογένειας κλπ). Στη συγκεκριμένη εργασία, όλες οι μητέρες αλλά και οι μπαμπάδες αναφέρουν ότι προετοίμασαν κατάλληλα το πρώτο παιδί για τον ερχομό του δεύτερου και τα πράγματα ή συναισθήματα που θα πρέπει να μοιραστούν. Είτε ήταν άνεργοι είτε εργαζόμενοι και ανεξαρτήτως επιπέδου μόρφωσης, οι γονείς επιμελούνται στη σημερινή εποχή ιδιαίτερα το θέμα αυτό.

Η ανάπτυξη κοινωνικής συμπεριφοράς είναι το αποτέλεσμα της επικοινωνίας με τους ανθρώπους που μας περιβάλλουν. Αυτή γίνεται από τα πρώτα χρόνια ζωής του παιδιού και οι γονείς συμβάλλουν σαν πρώτοι φορείς κοινωνικοποίησης, σε μεγάλο βαθμό. Αν η στάση των γονέων είναι να δημιουργήσουν παιδιά που να είναι πρόθυμα και γεμάτα αυτοπεποίθηση να γνωρίσουν νέα άτομα, τότε τα παιδιά διαμορφώνουν στοιχεία ενός έντονα κοινωνικοποιημένου χαρακτήρα.

Το αντίθετο συμβαίνει με γονείς που “φοβίζονται” τα παιδιά τους και τα περιχαράκωνουν στο οικείο περιβάλλον. Στη συγκεκριμένη έρευνα οι γονείς στην πλειονότητά τους, δίνουν την ελευθερία αυτή στα παιδιά τους και ενισχύουν την αυτοπεποίθησή τους. Συγκεκριμένα οι περισσότεροι από τους ερωτώμενους στις συνεντεύξεις απαντούν θετικά στις νέες γνωριμίες των παιδιών με άλλα συνομήλικα παιδιά, ενθαρρύνοντάς τα αφού ο σύγχρονος τρόπος ζωής δεν δίνει τον χρόνο και το χώρο στα παιδιά για πολλές νέες

γνωριμίες. Την ανησυχία τους ωστόσο εκφράζουν για την ενασχόλησή τους με το διαδίκτυο, αφού σήμερα, πιο νωρίς από παλιότερα, τα παιδιά προσχολικής ηλικίας ασχολούνται με το χώρο αυτό και γενικότερα με τις νέες τεχνολογίες. Έτσι, δεν υπάρχει διαφοροποίηση όσον αφορά το φύλο, τη μόρφωση ή το αν είναι άνεργοι ή εργαζόμενοι οι γονείς που απάντησαν. Οι εργαζόμενοι απλά εκφράζουν πιο έντονη ανησυχία για τις κοινωνικές σχέσεις των παιδιών τους και πώς αυτές πραγματοποιούνται, γιατί λείπουν από το σπίτι και δεν μπορούν να έχουν τον έλεγχο των παιδιών τους.

Οι γονείς που πήραν μέρος στην έρευνά μας ακολουθούν, οι περισσότεροι, τη συναισθηματική διαπαιδαγώγηση σε συνέργεια με τη δημοκρατική. Συγκεκριμένα λειτουργούν ως συναισθηματικοί μέντορες για τα παιδιά τους, τα ακούν προσεκτικά, τα εμπιστεύονται και τα δίνουν πρωτοβουλίες, συμμερίζονται τα προβλήματά τους και τα καθοδηγούν με έναν τρόπο χωρίς να τους δίνουν έτοιμες λύσεις ή να τα λένε τι να κάνουν σε κάθε τους πρόβλημα. Έτσι αναφέρουν χαρακτηριστικά ότι ακούν και κατανοούν το πώς βιώνουν τη ζήλια με αδέρφια και συνομηλίκους και προσπαθούν να βοηθήσουν, τοποθετώντας τη σκέψη των παιδιών σε μια λογική αλληλουχία.

Σ αυτό βέβαια συντελεί και το γεγονός ότι οι περισσότεροι ήταν γυναίκες και με υψηλό επίπεδο μόρφωσης. Φυσικά υπήρχαν και, ελάχιστοι αριθμητικά (6), γονείς με ποσοστό 5% που ήταν παραχωρητικοί, που επιτρέπουν και αποδέχονται οποιαδήποτε συμπεριφορά του παιδιού τους χωρίς επικρίσεις και καθοδήγηση. Αυτοί αντιμετωπίζουν τη ζήλια χωρίς αντίδραση, συγχωρώντας τα παιδιά τους για όποια αρνητική συμπεριφορά με αποτέλεσμα μελλοντικά να αντιμετωπίζουν προβλήματα ακαρίων συμπεριφορών.

Παρακάτω, προτείνονται μερικά παιχνίδια εκπαίδευσης σχετικά με τα συναισθήματα, που μπορούν να χρησιμοποιήσουν οι γονείς με τα παιδιά τους:

- Ζάρι συναισθημάτων. Φτιάχνουμε με χαρτόνι ένα ζάρι, στην κάθε έδρα του οποίου έχουμε ζωγραφίσει τα συναισθήματα. Τα παιδιά στέκονται σε κύκλο και το κάθε ένα με τη σειρά του ρίχνει το ζάρι. Αναγνωρίζουν πρώτα το συναίσθημα και μετά περιγράφουν ένα περιστατικό (πραγματικό ή φανταστικό), όπου ένιωσαν έτσι. Συζητάμε με τα παιδιά

γι' αυτό το συναίσθημα και προτείνουμε λύσεις ή και διαφορετικούς τρόπους έκφρασης.

- Ο Συναισθηματικούλης. Φτιάχνουμε μια φιγούρα όπου στο πρόσωπο δεν σχηματίζουμε κανένα χαρακτηριστικό και την ονομάζουμε “ο Συναισθηματικούλης”. Δίνουμε στα παιδιά ζωγραφισμένες εικόνες με τα συναισθήματα. Πίσω από κάθε εικόνα κολλάμε ένα χαρτάκι. Τα παιδιά αλλάζουν τα πρόσωπα στο Συναισθηματικούλη και λένε τι νιώθει κάθε φορά. Π.χ. ο Συναισθηματικούλης νιώθει χαρούμενος. Έπειτα, περιγράφουν ένα περιστατικό (πραγματικό ή φανταστικό), όπου ένωσαν έτσι. Συζητάμε με τα παιδιά γι' αυτό το συναίσθημα και προτείνουμε λύσεις ή και διαφορετικούς τρόπους έκφρασης.
- Θερμόμετρο των συναισθημάτων. Φτιάχνουμε με χαρτόνι ένα θερμόμετρο με διαβάθμιση από το 0 έως το 10 για κάθε συναίσθημα. Το 0 σημαίνει ότι δεν βιώνω καθόλου το συγκεκριμένο συναίσθημα και το 10 ότι το βιώνω στο μέγιστο βαθμό. Μετά από κάποιο περιστατικό, ζητάμε από τα παιδιά να βαθμολογήσουν την ένταση του συναισθήματος που βίωσαν και να μας πουν πως ένωσαν. Συζητάμε γι' αυτό το συναίσθημα και προτείνουμε λύσεις ή και διαφορετικούς τρόπους έκφρασης.

Από την πλευρά τους οι νηπιαγωγοί, προσπαθούν και εκείνοι με τη σειρά τους να οικοδομήσουν διαπροσωπικές σχέσεις ανάμεσα στα παιδιά που είναι υπεύθυνες, διασφαλίζοντας ένα ομαλό και καλό κλίμα συνεργασίας μεταξύ τους. Αυτό το κάνουν κυρίως μέσω του παιχνιδιού όπου μέσα από την ομαδικότητα και την ενίσχυση του υγιούς ανταγωνισμού, διαμορφώνουν ένα κλίμα ομαδικότητας και άμιλλας.

Παρόλο που οι γονείς και οι παιδαγωγοί συμβάλλουν στη συναισθηματική αγωγή των παιδιών, υπήρξαν γονείς που δεν μπόρεσαν να διαχειριστούν τα αρνητικά συναισθήματα των παιδιών τους, και ιδιαίτερα αυτό της ζήλιας, και απευθύνθηκαν σε κοινωνικό λειτουργό σε ποσοστό 15% (18 γονείς) μέσω του σχολείου και 10% (12 γονείς) ανεξάρτητα, γιατί δεν ήθελαν να γίνει γνωστό το πρόβλημα των παιδιών τους. Οι γονείς που ζήτησαν τη βοήθεια κοινωνικού λειτουργού ανέφεραν τη σημαντικότητα της βοήθειάς του στην κατανόηση του προβλήματος και μέσω του διαλόγου κατάφεραν να αντιμετωπίσουν το πρόβλημα. Οι ερωτήσεις του κοινωνικού λειτουργού

αφορούσαν το οικογενειακό περιβάλλον, το οικογενειακό ιστορικό και την παρούσα κατάσταση της οικογένειας, τη σχέση των γονέων, τα προβλήματα και την αξιολόγηση των αναγκών της οικογένειας, τις απόψεις των μελών της οικογένειας, το βιοτικό επίπεδο της οικογένειας και τις προσδοκίες των γονέων αλλά και του ευρύτερου κοινωνικού περιβάλλοντος. Οι γονείς που επισκέφτηκαν κοινωνικό λειτουργό είχαν την ευκαιρία να θέσουν τα ερωτήματά τους σχετικά με τις ακραίες συμπεριφορές των παιδιών τους, που προκύπτει από το συναίσθημα της ζήλιας, και μέσω της βιωματικής άσκησης να εμπλακούν ενεργά στην όλη διαδικασία αποκομίζοντας πολλαπλά οφέλη για την άσκηση του γονεϊκού τους ρόλου.

Όσον αφορά τις συγκρίσεις που πραγματοποιούν οι γονείς στα παιδιά τους, στην έρευνά μας, αναφέρεται ότι αναπόφευκτα , και πολλές φορές χωρίς πρόθεση, γίνονται όχι μόνο από τους γονείς αλλά από το οικείο οικογενειακό περιβάλλον (συγγενείς, παππούδες). Οι τρόποι αντιμετώπισης αυτών είναι να τονίσουν στο κάθε παιδί τα δικά του μοναδικά ιδιαίτερα χαρακτηριστικά και πώς ήταν παλιότερα σε σχέση με το πώς είναι σήμερα το παιδί.

Τέλος όσον αφορά τις παλινδρομικές μορφές συμπεριφοράς και την προσπάθεια προσέλκυσης προσοχής γονιών και νηπιαγωγών (όπως ο μωρουδίστικος τρόπος ομιλίας, η προσποίηση ασθένειας και άλλες) οι γονείς , οι οποίοι είναι κατά κύριο λόγο αποδέκτες αυτών των συμπεριφορών περισσότερο απ ότι οι εκπαιδευτικοί, αναφέρουν ότι προσπαθούν να δείξουν αδιαφορία για τη στάση αυτή των παιδιών και αναζητούν τρόπους να περνούν ποιοτικό χρόνο με τα παιδιά.

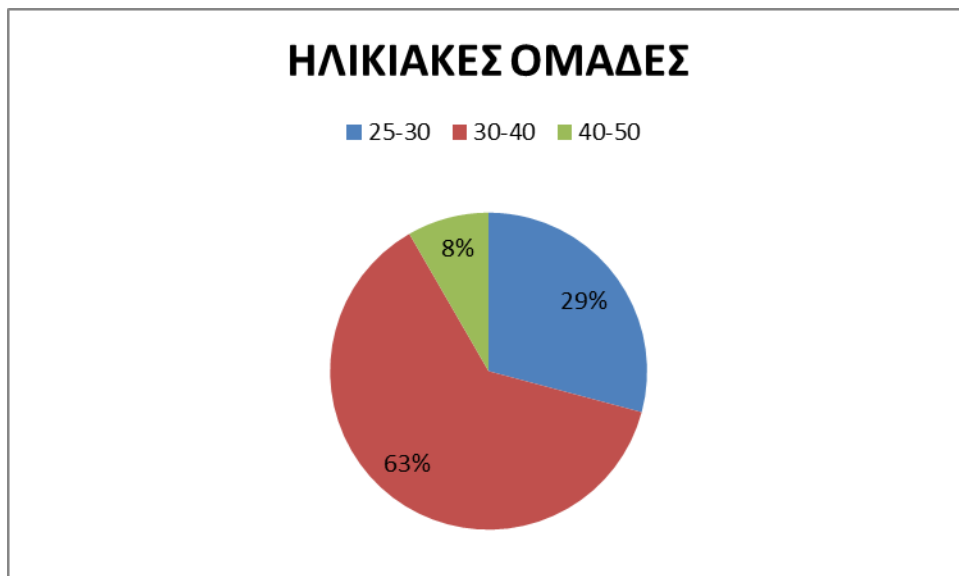
Στην έρευνά μας που κυρίως αποτελούνταν από οικογένειες με ένα ή δυο παιδιά (73%) ενώ 10 οικογένειες είχαν δίδυμα ενώ λίγες ήταν εκείνες οι οικογένειες με πάνω από δυο παιδιά. Παρατηρήσαμε κοινές συμπεριφορές και τρόπους εκδήλωσης και αντιμετώπισης απέναντι στη ζήλια και την προετοιμασία των παιδιών για το αδερφάκι τους (σε οικογένειες με δυο παιδιά) ενώ, όπως είναι φυσικό το παιδί που δεν έχει αδερφάκι, μονοπωλεί κατ' αποκλειστικότητα και χωρίς αντίζηλο στο χώρο του σπιτιού, το ενδιαφέρον των γονιών του και των συγγενών του και προσπαθεί να είναι το επίκεντρο και στην παρέα των συνομηλίκων παιδιών. Τόσο οι γονείς όσο και οι παιδαγωγοί, αναλαμβάνουν να "οδηγήσουν" τα παιδιά, μέσα από παιχνίδια

και συζήτηση αλλά και κατανόηση, σε έναν τρόπο σκέψης που θα μετατρέψει το αρνητικό αυτό συναίσθημα σε εποικοδομητικό και ωφέλιμο για την εξέλιξη της προσωπικότητας και του χαρακτήρα τους. Θα φροντίσουν να το κατανοήσουν και να το εξελίξουν μέσα από τη γνωστική και συναισθηματική τους ανάπτυξη.



**ΓΡΑΦΗΜΑ 1. 1 ΦΥΛΟ**

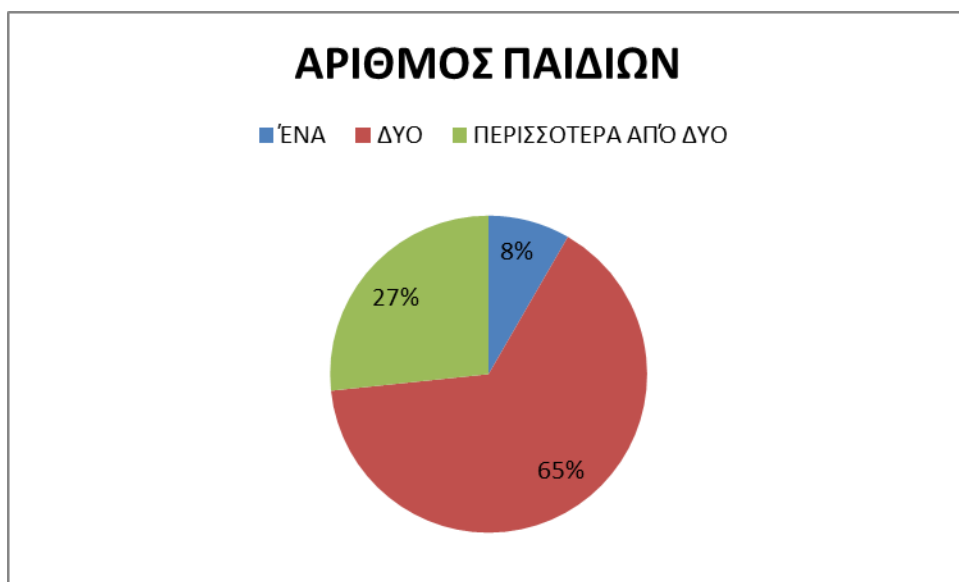
Στο παραπάνω γράφημα βλέπουμε τη σύνθεση του φύλου της έρευνάς μας που αποτελείται 65% από άντρες και 35% από γυναίκες. Παρατηρούμε ότι και οι άντρες αναλαμβάνουν την ευθύνη να συνοδεύσουν τα παιδιά τους στο σχολείο ενώ αυτό κάποτε ήταν αποκλειστικότητα των γυναικών που δεν δούλευαν.



**ΓΡΑΦΗΜΑ 1. 2 ΗΛΙΚΙΑ**

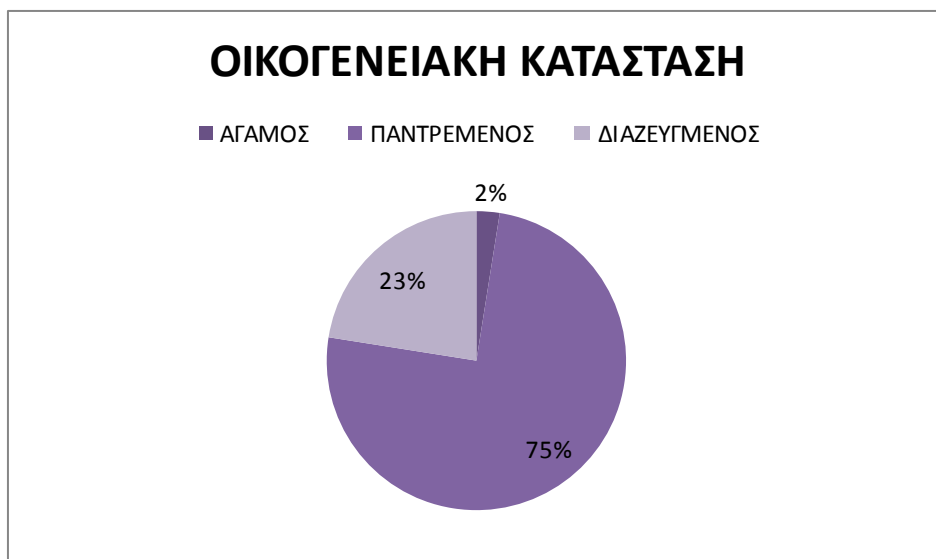


Η πολυπληθέστερη ηλικιακή ομάδα που έλαβε μέρος στην έρευνα ήταν 30-40 ετών μιας και αυτή είναι η πλέον παραγωγικότερη ηλικία για τη δημιουργία οικογένειας.



**ΓΡΑΦΗΜΑ 1. 3 ΑΡΙΘΜΟΣ ΠΑΙΔΙΩΝ**

Από ότι βλέπουμε στο παραπάνω διάγραμμα, πάνω από 70% των ερωτηθέντων έχουν 1 ή δυο παιδιά και λίγοι εκείνοι που έχουν παραπάνω από δυο παιδιά, γεγονός που φανερώνει και τη γενικότερη αντίληψη για τη σύνθεση του πληθυσμού της χώρας μας.



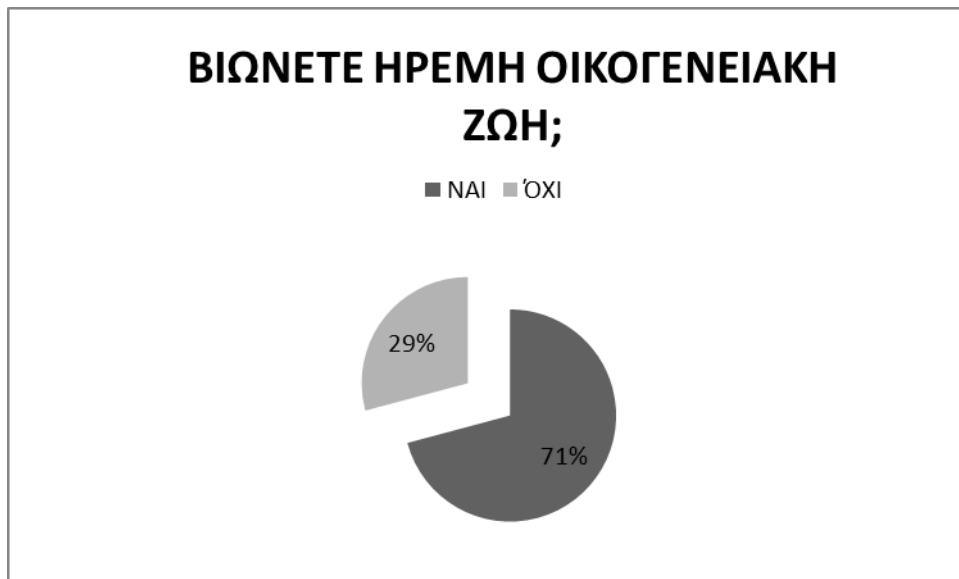
**ΓΡΑΦΗΜΑ 1. 4 ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ**

Όπως ήταν αναμενόμενο το 75% των γονέων που ρωτήθηκαν ήταν παντρεμένοι ενώ ένα μικρό ποσοστό εξ αυτών ήταν άγαμοι και 23% διαζευμένοι.



**ΓΡΑΦΗΜΑ 1. 5 ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟ ΠΡΟΦΙΛ**

Οι εργαζόμενοι του δείγματος είναι εργαζόμενοι και εργαζόμενες με ποσοστό 75% ενώ οι υπόλοιποι είναι άνεργοι. Παρατηρούμε ένα αρκετά υψηλό ποσοστό ανέργων (25%).



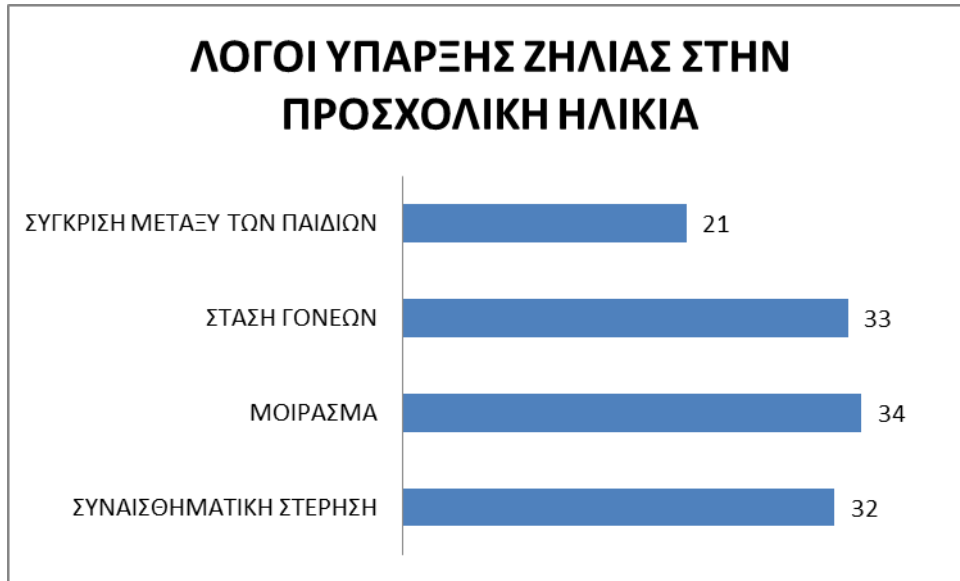
**ΓΡΑΦΗΜΑ 1. 6 ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ**

Στην ερώτηση αν ζουν σ ένα ήρεμο οικογενειακό περιβάλλον ένα ποσοστό 71% απάντησαν ναι γεγονός που μπορεί να διασφαλίζει ως ένα βαθμό και τη δημιουργία ενός καλού κλίματος που αμβλύνει τα αρνητικά συναισθήματα όπως της ζήλιας.



**ΓΡΑΦΗΜΑ 1. 7 ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΖΗΛΕΙΑΣ ΑΠΟ ΠΑΙΔΙ**

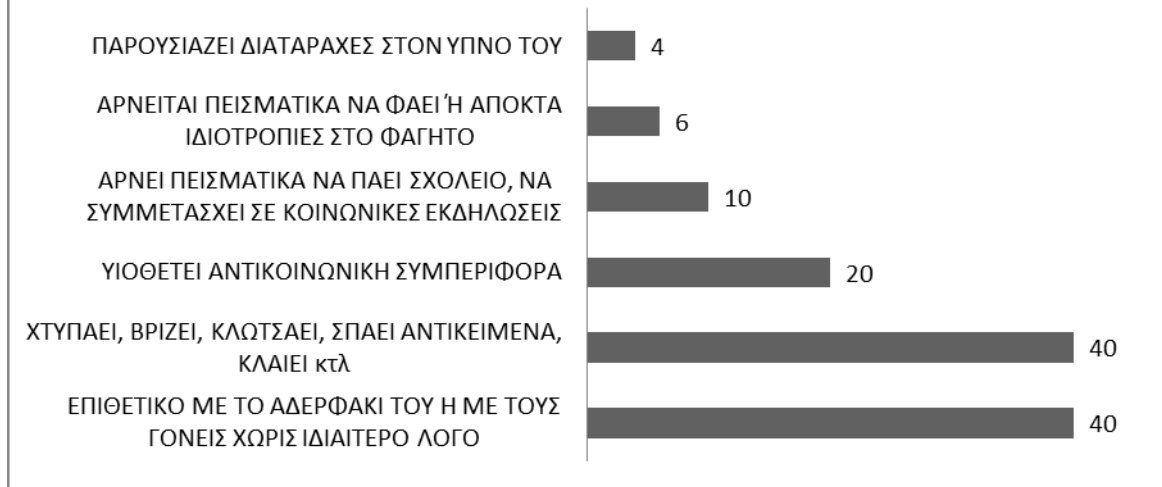
Παρατηρούμε ότι οι ερωτηθέντες απάντησαν θετικά στην παραπάνω ερώτηση που δείχνει ότι προφανώς το συναίσθημα της ζήλιας είναι ένα από τα συναισθήματα που βιώνουν τα περισσότερα παιδιά προσχολικής ηλικίας και είναι φυσιολογικό ως ένα βαθμό.



**ΓΡΑΦΗΜΑ 1. 8 ΛΟΓΟΙ ΥΠΑΡΞΗΣ ΖΗΛΙΑΣ ΣΤΗΝ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ**

Το μοίρασμα των συναισθημάτων και των αγαθών γενικότερα καθώς και η στάση των γονέων απέναντι στα παιδιά τους με την ένδειξη εύνοιας σε κάποιο από τα παιδιά ιδιαίτερα, χωρίς πολλές φορές να το καταλαβαίνουν, αποτελούν λόγους που ζηλεύουν τα παιδιά αλλά και εντείνουν το συναίσθημα αυτό. Τα παιδιά δεν επιθυμούν να μοιράζονται, και δη συναισθήματα, και διεκδικούν την αποκλειστικότητα της προσοχής των γονιών τους. Αυτό βέβαια δεν γίνεται και πρακτικά όταν έρχεται στην οικογένεια το δεύτερο σε σειρά παιδί. Οι υπόλοιποι λόγοι αφορούν τη σύγκριση μεταξύ των παιδιών στην οικογένεια και τη συναισθηματική στέρηση που νοιώθουν τα παιδιά.

## ΤΡΟΠΟΙ ΕΚΔΗΛΩΣΗΣ ΖΗΛΙΑΣ ΣΤΗ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ

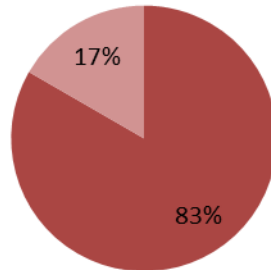


### ΓΡΑΦΗΜΑ 1. 9 ΤΡΟΠΟΙ ΕΚΔΗΛΩΣΗΣ ΖΗΛΙΑΣ ΣΤΗΝ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ

Οι συνηθέστερα αναφερόμενοι τρόποι που εκδηλώνεται η ζήλια στα παιδιά των ερωτηθέντων είναι η επιθετική και βίαιη συμπεριφορά και η επιθετικότητα ως προς το αδερφάκι τους με αθροιστικό ποσοστό 80%. Οι γονείς παρατηρούν συνήθως τις συμπεριφορές αυτές αφού τα παιδιά βιώνουν έντονα το συναίσθημα ενώ ακολουθούν με μικρότερα ποσοστά η αντικοινωνική συμπεριφορά, η άρνηση φαγητού και συμμετοχής σε δραστηριότητες κοινωνικές και οι διαταραχές στον ύπνο.

## ΔΙΑΚΡΙΝΕΤΕ ΤΗΝ ΖΗΛΙΑ...ΣΤΟ ΠΑΙΔΙ ΣΑΣ

■ ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΑ ΟΡΙΑ ■ ΠΑΘΟΛΟΓΙΚΑ

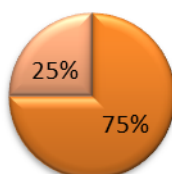


**ΓΡΑΦΗΜΑ 1. 10 ΟΡΙΑ ΖΗΛΙΑΣ**

Όσον αφορά την ερώτηση για το αν διακρίνουν, αν εντοπίζουν τη ζήλια στα παιδιά τους η συντριπική πλειοψηφία απάντησε θετικά σε ποσοστό 83% ενώ το υπόλοιπο 17% απάντησαν όχι. Είναι φυσιολογική θα λέγαμε η θετική αυτή απάντηση καθώς όλα σχεδόν τα παιδιά της συγκεκριμένης ηλικίας ζηλεύουν αφού δεν έχει ολοκληρωθεί ακόμη η συναισθηματική τους αγωγή και ωρίμανση. Βέβαια και το ποσοστό 17% μας φανερώνει ότι αρκετά παιδιά στην τυχαία αυτή δειγματοληψία μας, βιώνουν παθολογικά το συναίσθημα αυτό, γεγονός που μπορεί να σηματοδοτεί και άλλα προβλήματα της ευρύτερης κατάστασή τους.

## ΣΕ ΠΕΡΠΤΩΣΗ ΑΚΡΑΙΩΝ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΩΝ ΑΠΟ ΑΙΣΘΗΜΑ ΖΗΛΙΑΣ ΣΤΟ ΠΑΙΔΙ ΣΑΣ ΤΟ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΖΕΤΑΙ...

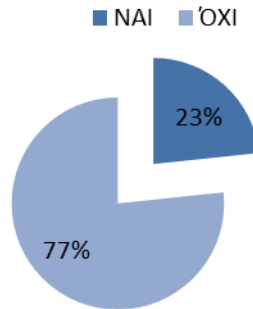
■ ΜΕΤΑΞΥ ΣΥΖΥΓΩΝ ■ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΥ



**ΓΡΑΦΗΜΑ 1. 11 ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΖΗΛΙΑΣ ΣΤΗΝ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ**

Στην παραπάνω ερώτηση οι απαντήσεις αφορούν σε ποσοστό 75% την αντιμετώπιση των ακραίων συμπεριφορών ζήλιας μεταξύ των δυο συζύγων και μικρότερο ποσοστό απευθύνονται στον κοινωνικό λειτουργό που είτε λειτουργεί στη σχολική μονάδα είτε καλείται κατόπιν παρέμβασης των νηπιαγωγών ή και διευθυντών. Οι γονείς καταρχήν αναλαμβάνουν να αντιμετωπίσουν ακραίες εκδηλώσεις που προέρχονται από ζήλια του παιδιού τους καθώς υπάρχει και το ταμπού του μη κοινωνικά προσαρμοσμένου σύμφωνα με τα στερεότυπα και ατίθασου παιδιού. Κατόπιν όμως αν δεν καταφέρουν να αντιμετωπίσουν αυτές τις καταστάσεις τότε σαν ύστατη λύση απευθύνονται σε ειδικό.

**ΓΝΩΡΙΖΕΤΕ  
ΓΙΑ ΤΟΝ ΡΟΛΟ ΤΟΥ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ  
ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΥ ΣΤΟ ΣΧΟΛΙΚΟ  
ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ ΚΑΙ ΣΤΗ ΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ  
ΤΗΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ;**

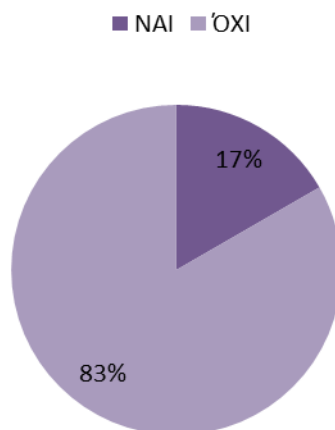


**ΓΡΑΦΗΜΑ 1. 12 ΓΝΩΣΗ ΤΟΥ ΡΟΛΟΥ ΤΟΥ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΥ**

Στο παραπάνω διάγραμμα οι ερωτηθέντες απάντησαν ότι δεν γνώριζαν για το ρόλο του κοινωνικού λειτουργού στο περιβάλλον του σχολείου και στον τρόπο που διαμορφώνει τη συναισθηματική αγωγή του παιδιού σε μεγάλο ποσοστό (77%). Αυτό σημαίνει ότι υπάρχει άγνοια και μη ενημέρωση των γονιών για τις δομές του σχολικού περιβάλλοντος των παιδιών τους και τους εξειδικευμένους επιστήμονες που θα μπορούσαν να απευθυνθούν σε κάποιο ενδεχόμενο πρόβλημα που αντιμετωπίζουν με τα παιδιά τους. Θα μπορούσε να υπάρχει μια ενημέρωση των γονιών σχετικά με το θέμα αυτό σε μια συγκέντρωση του συλλόγου των γονέων και κηδεμόνων σε συνέργεια με το διευθυντή του σχολείου και την αρμόδια εποπτεύουσα αρχή.



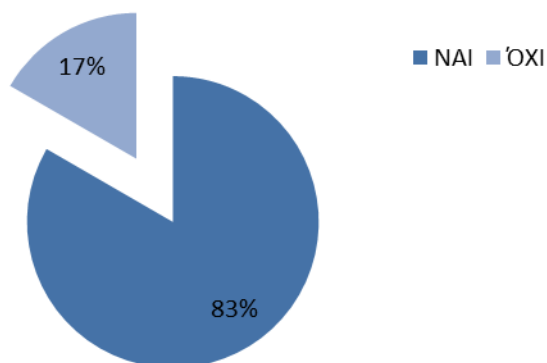
## ΕΧΕΤΕ ΖΗΤΗΣΕΙ ΤΗ ΒΟΗΘΕΙΑ ΤΟΥ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΥ ΓΙΑ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΣΑΣ;



**ΓΡΑΦΗΜΑ 1. 13 ΒΟΗΘΕΙΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΥ**

Στο παραπάνω διάγραμμα παρατηρούμε ότι δεν ζητούν τη βοήθεια του κοινωνικού λειτουργού οι γονείς των παιδιών που αντιμετωπίζουν εκδηλώσεις ζήλιας στα παιδιά τους με ποσοστό 83% και αυτό αν το συνδυάσουμε και με την ερώτηση που αφορά τη γνώση για τον κοινωνικό λειτουργό, θεωρείται φυσιολογικό. Βέβαια μπορεί να μην απευθύνονται σε κοινωνικό λειτουργό όχι μόνο γιατί δεν γνωρίζουν για το ρόλο του αλλά και λόγω κοινωνικών στερεοτύπων.

**ΠΙΣΤΕΥΕΤΕ Ο ΡΟΛΟΣ ΤΟΥ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΥ  
ΒΟΗΘΑΕΙ ΣΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΩΝ ΑΚΡΑΙΩΝ  
ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΩΝ ΑΠΟ ΤΟ ΑΙΣΘΗΜΑ ΖΗΛΙΑΣ ΣΤΟ  
ΠΑΙΔΙ ΣΑΣ ΜΕ ΒΑΣΗ ΤΗΝ ΕΜΠΕΙΡΙΑΣ ΣΑΣ;**



**ΓΡΑΦΗΜΑ 1. 14 ΡΟΛΟΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΥ**

Από το παραπάνω διάγραμμα φαίνεται καθαρά ότι πιστεύουν οι γονείς στο σημαντικό ρόλο της βοήθειας του κοινωνικού λειτουργού στην αντιμετώπιση ακραίων συμπεριφορών των παιδιών τους λόγω ζήλιας σε ποσοστό 83% γεγονός που δείχνει ότι οι περισσότεροι πιστεύουν στο ρόλο του και στη βοήθεια της εξειδικευμένης επιστημονικής γνώσης και εμπειρίας του. Αυτό βέβαια δεν σημαίνει αναγκαστικά ότι θα ζητήσουν τη βοήθειά του αφού ακόμη και σήμερα, σύμφωνα με το δείγμα μας, αντιμετωπίζουν ταμπου στο θέμα αυτό.

## ΤΡΟΠΟΙ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ ΤΗΣ ΖΗΛΙΑΣ ΣΤΗ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ ΜΕΣΑ ΣΤΗΝ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ



**ΓΡΑΦΗΜΑ 1. 15 ΤΡΟΠΟΙ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΕΙΣ ΖΗΛΙΑΣ ΣΤΗΝ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ ΣΤΗΝ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ**

Από το παραπάνω διάγραμμα φαίνεται καθαρά πως η συζήτηση και η κατανόηση του συναισθήματος της ζήλιας αποτελούν τη συντριπτική πλειοψηφία των απαντήσεων (90%) σχετικά με τους τρόπους αντιμετώπισης του συναισθήματος αυτού εντός της οικογένειας. Ακολουθούν με ίδιο ποσοστό (10%) τα παιχνίδια, η αδιαφορία ή επιβράβευση της συμπεριφοράς του παιδιού στο θέμα αυτό και η διασφάλιση ενός ήρεμου οικογενειακού περιβάλλοντος προκειμένου για την αντιμετώπιση του φαινομένου. Συμπεραίνουμε ότι τα βασικά εργαλεία της συζήτησης του προβλήματος καθώς και της κατανόησης του, αποτελεί τα βασικά πεδία που κινούνται οι πρακτικές των γονιών για να αμβλύνουν την ένταση του φαινομένου εντός της οικογένειας.

## ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ - ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

Συμφωνα με τον Goleman (2001) «Τα συναισθήματα κατέχουν έναν κεντρικό ρόλο στη λογική σκέψη, ενώ ταυτόχρονα είναι απαραίτητα στη λήψη λογικών αποφάσεων» (σελ. 61). Η αναγνώριση των θετικών ή και αρνητικών συναισθημάτων από παιδιά της προσχολικής ηλικίας, (όπως και αυτό της ζήλιας που εξετάστηκε στη συγκεκριμένη έρευνα), είναι ένας προβληματισμός από πλευράς μας ενώ και οι τρόποι ελέγχου και η χρησιμοποίησή τους στην αλληλεπίδρασή με τους υπόλοιπους στο πλαίσιο των κοινωνικών και διαπροσωπικών σχέσεων, αποτελούν αντικείμενο διερεύνησης.

Καταρχήν η ζήλια είναι η απόδειξη ότι το παιδί αυτής της ηλικίας με τον εγωκεντρισμό που το διακατέχει, δεν θέλει να χάσει την αγάπη των γονιών του (ιδιαίτερα το πρωτότοκο), τους διεκδικεί, διεκδικεί την προσοχή τους με διάφορους τρόπους και εκφράζει το συναίσθημα αυτό στο αδερφάκι του ποικιλοτρόπως. Η ένταση, η διάρκεια και η ποιότητα που είναι τρεις από τις βασικές ιδιότητες των συναισθημάτων, (επομένως και αυτού της ζήλιας), εξαρτώνται από την ευφυΐα και την προσωπικότητα των παιδιών, τα επίπεδα συναισθηματικής νοημοσύνης παιδιών, γονιών και δασκάλων, τα όρια αντοχής τους στην αποστέρηση και τις σχέσεις που το καθένα έχει με τους γονείς του, καθώς και από τις αντιδράσεις των γονιών και των παιδαγωγών στις πρώτες εκδηλώσεις της ζήλιας τους. Η ποιότητα δε, αφορά το είδος της ψυχικής κατάστασης που δημιουργεί τα θετικά και ευχάριστα και τα αρνητικά και δυσάρεστα συναισθήματα που κυριαρχούν στην ζωή του ατόμου.

Αρχικά θα πρέπει να τονίσουμε ότι η ζήλια είναι ένα φυσιολογικό συναίσθημα για τα παιδιά της προσχολικής ηλικίας που εξετάζουμε. Είναι κατανοητό και θεμιτό να έχουν το συναίσθημα αυτό, δεδομένου του επιπέδου συναισθηματικής ωριμότητας που βρίσκονται. Στην ευαίσθητη αυτή ηλικία το παιδί θα ζηλέψει το μικρότερο αδερφάκι του που απολαμβάνει την προσοχή όλου του οικογενειακού περιβάλλοντος σαν νεοεισερχόμενο μέλος της οικογένειας και το μεγαλύτερο αδερφάκι του αφού κατέχει τα προνόμια του μεγαλύτερου στη σειρά γέννησης. Από τη στιγμή που θα δεχθούμε την εμφάνιση και την έκφραση του φαινομένου αυτού ως φυσιολογική, είναι στο χέρι μας πώς θα τη διαχειριστούμε έτσι ώστε και να μπορέσουμε να

αμβλύνουμε το φαινόμενο και την εκδήλωσή του αλλά και να μην καταλήξουν τα παιδιά σε ακραίες συμπεριφορές. Με τη συζήτηση και τη διερεύνηση των αιτιών που προκαλούν και εντείνουν τη ζήλια και τις πηγές της, θα μπορέσουμε να την αντιμετωπίσουμε με τον καλύτερο δυνατό τρόπο.

Το συναίσθημα της ζήλιας ωστόσο, αν καταφέρει και ξεπεραστεί, θα μπορέσει να μάθει την αρμονική συνύπαρξη αδερφών και συνομηλίκων μεταξύ τους, το μοίρασμα υλικών αγαθών και συναισθημάτων και την ελεύθερη εξέλιξη τους. Τα παιδιά μαθαίνουν ακόμη να είναι υπεύθυνα, ωριμάζουν και αποκτούν αυτογνωσία.

Η ζήλια, όταν φτάνει σε ακραίες καταστάσεις ακυρώνει κάθε ικανότητα λογικής σκέψης και συμπεριφοράς. Παιδιά που ζηλεύουν δύσκολα βλέπουν τα πράγματα αντικειμενικά και προβαίνουν σε παράλογη και ακραία συμπεριφορά. Η καταπίεσή της ωστόσο, προκαλεί πολλά περισσότερα προβλήματα απ' όσα λύνει. Το να μπορεί ένα παιδί να την εκφράζει θα μπορέσει και να την ξεπεράσει πιο εύκολα ενώ παράλληλα αποτελεί σταθμό για την ανάπτυξη και την ψυχολογική του ωρίμανση.

Στην έκφραση ακραίων καταστάσεων λόγω ζήλιας, οι γονείς που απευθύνθηκαν σε κοινωνικό λειτουργό, γιατί αδυνατούσαν οι ίδιοι να έχουν τον έλεγχο της κατάστασης, έλαβαν πολύτιμη βοήθεια όπως σχολιάζουν χαρακτηριστικά σε σχετική ερώτηση. Το μεγαλύτερο ποσοστό των γονέων (85%) ανέφερε την αξιολόγηση κάθε περίπτωσης και ένα εξατομικευμένο πρόγραμμα δράσης ανα οικογένεια, τις Follow up συναντήσεις τους με τον κοινωνικό λειτουργό προκειμένου να τους παρασχεθεί συμβουλευτική όσον αφορά το πρόβλημα που προκύπτει από το αρνητικό συναίσθημα της ζήλιας, τη λειτουργία σχολής γονέων και κηδεμόνων με την σύμπραξη και την ενεργή συμμετοχή του κοινωνικού λειτουργού όπου συζητούν και οι γονείς μεταξύ τους για τον τρόπο που αντιμετωπίζουν τα θέματα που προκύπτουν.

Επιπλέον οι γονείς αναφέρονται και σε επιθυμητά προγράμματα επισκέψεων κοινωνικού λειτουργού στα σπίτια των παιδιών που αντιμετωπίζουν σε μεγάλο βαθμό αρνητικά συναισθήματα και ιδιαίτερα ζήλια με τα αδέρφια τους ή και με συνομηλίκους, που αποσκοπεί στη διερεύνηση του οικογενειακού περιβάλλοντος και τις συνθήκες διαβίωσης τους. Τέλος η συνεργασία του διδακτικού προσωπικού διαφόρων ειδικοτήτων με στόχο την ευαισθητοποίηση των συνεργατών για τις ιδιαίτερες ανάγκες κάθε μαθητή που

προκύπτει από την ενασχόληση του κοινωνικού λειτουργού με την οικογένεια, θεωρήθηκε ένα επιπλέον μέσο για επίλυση τέτοιων προβληματικών καταστάσεων.

Γονείς και εκπαιδευτικοί μπορούν να έχουν έναν σημαντικό ρόλο όσον αφορά τη διαχείριση του συναισθήματος της ζήλιας:

Αρχικά οι γονείς κυρίως αλλά και οι παιδαγωγοί, καθόσον και όταν τους επιτρέπεται, μπορούν να εξηγήσουν στο παιδί τι είναι αυτό που αισθάνεται, να κατανοήσουν την ανάγκη του να μην μοιράζεται είτε αντικείμενα είτε συναισθήματα με άλλα πρόσωπα και να του δώσουν να καταλάβει ότι μπορούν να συζητήσουν για το συναίσθημα αυτό μαζί τους. Ότι δεν είναι κακό να αισθάνεται έτσι το παιδί και να μην το ενοχοποιούν γι αυτό. Αυτό που θα πρέπει να κάνουν, είναι να οριοθετούν τις εκδηλώσεις ζήλιας έτσι ώστε να μην προβαίνει το παιδί σε ακραίες και βίαιες συμπεριφορές.

Ο ρόλος του κοινωνικού λειτουργού στο πλαίσιο των μονάδων προσχολικής αγωγής είναι σημαντικός καθώς επισημάνθηκε η αναγκαιότητα της παρουσίας του στο περιβάλλον προσχολικής εκπαίδευσης. Η μη υποχρεωτική παρουσία του, αποτρέπει ίσως κάποιους από τους γονείς που θα ήθελαν να απευθυνθούν, να ζητήσουν εξειδικευμένη βοήθεια με τη μεσολάβηση του σχολείου καθώς θα ήταν πιο εύκολο να αναζητήσουν τον ειδικό τις ώρες λειτουργίας της σχολικής μονάδας. Εξάλλου το παραπάνω συνδέεται με την μη παραδοχή του προβλήματος από τους γονείς ως θέμα "ταμπού" για το υπόλοιπο κοινωνικό περιβάλλον του παιδιού και της οικογένειας. Πολλοί γονείς θα ήθελαν να είναι συνεχής η παρουσία του κοινωνικού λειτουργού στο σχολείο γιατί πιστεύουν ότι ο ρόλος του θα είναι σημαντικός στην επίλυση προβλημάτων όπως αυτό της ζήλιας.

Κατόπιν, η επιβράβευση της καλής και η αδιαφορία της αρνητικής συμπεριφοράς μαζί με τον ξεχωριστό χρόνο που κάθε γονιός είναι καλό να αφιερώνει στο κάθε παιδί του, είναι πρακτικές που βοηθούν στην άμβλυση του συναισθήματος της ζήλιας. Το παιδί θα πρέπει να καταλάβει ότι είναι ξεχωριστό στην καρδιά της μαμάς και του μπαμπά και κανένα άλλο δεν υποκαθιστά ή αντικαθιστά την αγάπη που νοιώθει γι αυτό.

Εκτός των παραπάνω, ίσως το πιο σημαντικό μέρος διαπαιδαγώγησης του παιδιού, αναφορικά με το συναίσθημα της ζήλιας σε αδέρφια και συνομηλίκους των παιδιών προσχολικής ηλικίας, αποτελεί η

διαμόρφωση και η “οικοδόμηση” μιας ισχυρής προσωπικότητας του παιδιού το οποίο και στη διάρκεια της προσχολικής αλλά και στη διάρκεια της σχολικής και ενήλικης ζωής του ατόμου, θα μπορέσει να ανταποκριθεί σ όλες τις προκλήσεις που θα αντιμετωπίσει αισθανόμενο σίγουρο για τις δυνάμεις και τις ικανότητές του.

Στο πλαίσιο αυτό και οι νηπιαγωγοί θα πρέπει να μάθουν στα παιδιά να αντιμετωπίζουν τους άλλους ισότιμα και δίκαια και όχι να επιδιώκουν να τους “κατατροπώσουν”. Οι παιδαγωγοί όταν συνειδητοποιήσουν τον καταλυτικό τους ρόλο που ασκούν για την ισόρροπη συναισθηματική ανάπτυξη, θα κατανοήσουν το σπουδαίο τους καθήκον στην ανάπτυξη των παιδιών. Με διάλογο και συμβουλές θα μπορέσουν να αντιμετωπίσουν αρνητικές μορφές συμπεριφοράς όπως αυτή της ζήλιας (π.χ. επιθετικότητα). Επιπρόσθετα βοηθητικό ρόλο μπορεί να έχει και η ενημέρωση των νηπιαγωγών για τις συναισθηματικές καταστάσεις που επικρατούν στις οικογένειες των παιδιών.

Σπουδαίο ρόλο κατέχει και η προσωπικότητα και το έργο του/της νηπιαγωγού που επιδρούν αποφασιστικά στην καλλιέργεια κλίματος άμεσης, υγιούς και επικοινωνιακής επικοινωνίας του με τα παιδιά. Άλλωστε δεν πρέπει να λησμονούμε την αγάπη που ενέχει, ή τουλάχιστον θα πρέπει να ενέχει, το επάγγελμα αυτό για τα παιδιά. Ο παιδαγωγός που αγαπάει το επάγγελμά του και τα παιδιά, φροντίζει να καλλιεργεί τις επιμέρους ικανότητες που συνθέτουν τη συναισθηματική νοημοσύνη παράλληλα με την αυτονομία των παιδιών και όλα τα παραπάνω συνυφασμένα με αξίες κοινά αποδεκτές. Τα παραπάνω θα πρέπει να περιλαμβάνονται σε ένα πρόγραμμα προσχολικής αγωγής παράλληλα με την ενθάρρυνση του προφορικού λόγου των παιδιών της προσχολικής ηλικίας, την προσπάθεια συζήτησης των επιθυμιών και των αναγκών τους, αλλά και την οργάνωση από το/τη νηπιαγωγό δραστηριοτήτων που απαιτούν ορθοφωνία και σωστή άρθρωση του λόγου αποτελώντας το επιστέγασμα της ψυχικής και λεκτικής επικοινωνίας του/της νηπιαγωγού και των μικρών μαθητών του/της.

Για να είναι αποτελεσματική η προσέγγιση αυτή αλλά και η μάθηση, απαιτείται η δημιουργία ενός συναισθηματικά ασφαλούς κλίματος στην τάξη με διάχυτα τα αισθήματα της ασφάλειας, της αποδοχής και της εμπιστοσύνης ( Κόνσολας & Καλδή 2006)



Τέλος παραθέτουμε τις προτάσεις μας σχετικά με τις προοπτικές της έρευνας και την αξιοποίηση των αποτελεσμάτων της αλλά και την σημαντικότητα του κοινωνικού λειτουργού στο σχολικό περιβάλλον.

- Επέκταση της έρευνας σε μεγαλύτερο πληθυσμιακό δείγμα
- Αναγκαία η περαιτέρω διερεύνηση της σημαντικότητας παρέμβασης του κοινωνικού λειτουργού στην εκδήλωση προβληματικής συμπεριφοράς του παιδιού (ζήλεια)
- Ενημέρωση των γονέων από τους εκπαιδευτικούς για την ύπαρξη του κοινωνικού λειτουργού και την χρησιμότητα τους.
- Δημιουργία δικτύων συνεργασίας και ενδυνάμωση από την εκπαιδευτική κοινότητα μεταξύ εκπαιδευτικών ,γονέων και κοινωνικών λειτουργών.
- Ενημέρωση των μαθητών σχετικά με το επάγγελμα του κοινωνικού λειτουργού και τον ρόλο του.
- Η καθημερινή και υποχρεωτική παρουσιά του κοινωνικού λειτουργού στο σχολικό περιβάλλον και όχι μόνο η παρέμβαση του σε ακραίες περιπτώσεις συμπεριφοράς.
- Ο κοινωνικός λειτουργός να συνεργάζεται συστηματικά και προγραμματισμένα με τις οικογένειες των μαθητών του σχολείου επιδιώκοντας την θετική στάση της οικογένειας στο πρόβλημα του μαθητή για την ανάπτυξη υγιών και ενδοοικογενειακών σχέσεων.
- Να γίνεται ο συνδεδετικός κρίκος μεταξύ σχολείου, οικογένειας και άλλων κοινωνικών φορέων και υπηρεσιών με επίκεντρο το παιδί και τις ιδιέταιρες ανάγκες του.

## **ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

### *Ξενόγλωσση*

- Banerjee, M. (1997). Hidden emotions: *Preschoolers' knowledge of appearance-reality and emotion display rules*. *Social Development*, 15, 107-132.
- Barrett, K. C. (1995). *A functionalist approach to shame and guilt*. In J. Tangney & K. Fischer (Eds.), *Self-conscious emotions: The psychology of shame, guilt, embarrassment, and pride* (25-63). New York, NY: Guilford Press..
- Birch, S. H., Ladd, G. W., & Blecher-Sass, H. (1997). *The teacher-child relationship and children's early school adjustment: Good-byes can build trust*. *Journal of School Psychology*, 35, 61-79.
- Blair, C. (2002). School Readiness: *Integrating cognition and emotion in a neurobiological conceptualization of children's functioning at school entry*. *American Psychologist*, 57, 111-127.
- Brown, J. R., Donelan-McCall, N., & Dunn, J. (1996). *Why talk about mental states? The significance of children's conversations with friends, siblings, and mothers*. *Child Development*, 67, 836-849.
- Brown, J. R., & Dunn, J. (1991). "You can cry, mum": *The social and developmental implications of talk about internal states*. *British Journal of Developmental Psychology*, 9, 237-256.
- Brown, J. R., & Dunn, J. (1992). *Talk with your mother or your sibling? Developmental changes in early family conversations about feelings*. *Child Development*, 63, 336- 349.
- Brown, J.R., & Dunn, J. (1996). Continuities in emotion understanding from three to six years. *Child Development*, 67, 789-802..
- Carlton, M. P. (2000). *Motivation and school readiness in kindergarten children*. *Dissertation Abstracts International Section A Human and Social Sciences*, 60(11- A), 3899.
- Carlton, M. P., & Winsler, A. (1999). *School readiness: The need for a paradigm shift*. *School Psychology Review*, 28, 338-352.

- Carson, J. L., & Parke, R. D. (1996). *Reciprocal negative affect in parent-child interactions and children's peer competency. Child Development, 67*, 2217-2226.
- Cassidy, J., Parke, R., Butovsky, L., & Braungart, J. (1992). *Family-peer connections: The roles of emotional expressiveness within the family and children's understanding of emotions. Child Development, 63*, 603-618.
- Cole, P. M. (1986). *Children's spontaneous control of facial expression. Child Development, 57*, 1309-1321.
- Cole, P. M., Teti, L. O., & Zahn-Waxler, C. (2003). *Mutual emotion regulation and the stability of conduct problems between preschool and early school age. Development and Psychopathology, 15*(1), 1-18.
- Cole, M., & Cole, S. (2002). *Η ανάπτυξη των παιδιών*, Αθήνα: Τυπωθήτω
- Contreras, J. M., Kerns, K., Weimer, B. L., Gentzler, A. L., & Tomich, P. L. (2000). *Emotion regulation as a mediator of associations between mother-child attachment and peer relationships in middle childhood. Journal of Family Psychology, 14*, 111-124.
- Cook, E. T., Greenberg, M. T., & Kusche, C. A. (1994). *The relations between emotional understanding, intellectual functioning, and disruptive behavior problems in elementary-school-aged children. Journal of Abnormal Child Psychology, 22*(2), 205-219.
- Covell, K., & Miles, B. (1992). *Children's beliefs about strategies to reduce parental anger. Child Development, 63*, 381-390.
- Crick, N., & Dodge, K. (1994). *A review and reformulation of social-information processing mechanisms in children's social adjustment. Psychological Bulletin, 115*, 74-101.
- Cutting, A. L., & Dunn, J. (1999). *Theory of mind, emotion understanding, language, and family background: Individual differences and interrelations. Child Development, 70*, 853-865.
- Cutting, A. L., & Dunn, J. (2002). *The cost of understanding other people: Social cognition predicts young children's sensitivity to criticism. Journal of Child Psychiatry and Psychology and Allied Disciplines, 41*, 849-860.

- Daniel, M., Doudin, P.-A. & Pons, F. (2006). *Children's representations of violence: Impacts of cognitive stimulation and philosophical nature. Journal of Peace Education, 3*, 209-234.
- DeMulder, K.E., Denham, S. A. , Schmidt, M., & Mitchell, J. (2000). *Q-sort assessment of attachment security during the preschool years: Links from home to school. Developmental Psychology, 36*, 274-282.
- Denham, S. A. (1986). *Social cognition, social behavior, and emotion in preschoolers:Contextual validation. Child Development, 57*, 194-201.
- Denham, S. A. (1989). *Maternal affect and toddlers' social-emotional competence. American Journal of Orthopsychiatry, 59*, 368-376.
- Denham, S. A. (1993). *Maternal emotional responsiveness and toddlers' social-emotional functioning. Journal of Child Psychology and Psychiatry, 34*, 715-728.
- Denham, S. A. (1997). *"When I have a bad dream, Mommy holds me": Preschoolers' consequential thinking about emotions and social competence. International Journal of Behavioral Development, 20*, 301-319.
- Denham, S. A. (1998). *Emotional development in young children*. New York. NY: Guilford.
- Denham, S. A., & Auerbach, S. (1995). *Mother-child dialogue about emotions. Genetic, Social, and General Psychology Monographs, 121*, 311-338.
- Denham, S. A., Blair, K. A., DeMulder, E., Levitas, J., Sawyer, K. S., Auerbach-Major, S. T., et al. (2003). *Preschoolers' emotional competence: Pathway to mental health? Child Development, 74*, 238-256.
- Denham, S. A., & Burton, R. (1996). *A social-emotional intervention for at-risk 4-yearolds. Journal of School Psychology, 34*, 225-245.
- Denham, S. A., & Burton, R. (2003). *Social and emotional prevention and intervention programming for preschoolers*. New York, NY: Kluwer-Plenum.
- Denham, S. A., & Grout, L. (1992). *Mothers' emotional expressiveness and coping: Topography and relations with preschoolers' social-*

- emotional competence. Genetic, Social, and General Psychology Monographs, 118, 75-101.*
- Denham, S. A., & Grout, L. (1993). *Socialization of emotion: Pathway to preschoolers' affect regulation. Journal of Nonverbal Behavior, 17, 215-227.*
  - Denham, S. A., Mason, T., Caverly, S., Schmidt, M., Hackney, R., Caswell, C., et al. (2001). *Preschoolers at play: Co-Socializers of emotional and social competence. International Journal of Behavioral Development, 25, 290-301.*
  - Denham, S. A., Renwick, S., & Holt, R. (1991). *Working and playing together: Prediction of preschool social-emotional competence from mother-child interaction. Child Development, 62, 242-249.*
  - Denham, S. A., Renwick-DeBardi, S., & Hewes, S. (1994). *Affective communication between mothers and preschoolers: Relations with social-emotional competence. Merrill-Palmer Quarterly, 40, 488-508.*
  - Denham, S. A., Workman, E., Cole, P. M., Weissbrod, C., Kendziora, K. T., & Zahn-Waxler, C. (2000). *Prediction of externalizing behavior problems from early to middle childhood: The role of parental socialization and emotion expression. Development and Psychopathology, 12, 23-45*
  - Denham, S. A., Zahn-Waxler, C., Cummings, E. M., & Iannotti, R. J. (1991). *Social-competence in young children's peer relationships: Patterns of development and change. Child Psychiatry and Human Development, 22, 29-43.*
  - Denham, S. A., & Zoller, D. (1991). *"When my hamster died, I cried": Preschoolers' attributions of the causes of emotions. Journal of Genetic Psychology, 152, 371-373.*
  - Denham, S. A., Zoller, D., & Couchoud, E. A. (1994). *Socialization of preschoolers' understanding of emotion. Developmental Psychology, 30, 928-936.*
  - Domitrovich, C. E., Cortes, R., & Greenberg, M. (2007). *Improving young children's social and emotional competence: a randomized trial of the preschool "PATHS" curriculum, The Journal of Primary Prevention*

- Dunn, J. (1994). *Understanding others and the social world: Current issues in developmental research and their relation to preschool experiences and practice. Journal of Applied Developmental Psychology, 15*, 571-583.
- Dunn, J., Slomkowski, C., Donelan, N., & Herrera, C. (1995). *Conflict, understanding, and relationships: Developments and differences in the preschool years. Early Education and Development, 6*, 303-316.
- Eisenberg, N., Fabes, R. A., Murphy, B., Maszk, P., Smith, M., & Karbon, M. (1995). *The role of emotionality and regulation in children's social functioning: A longitudinal study. Child Development, 66*, 1360-1384.
- Eisenberg, N., Fabes, R. A., & Murphy, B. C. (1996). *Parents' reactions to children's negative emotions: Relations to children's social competence and comforting behavior. Child Development, 67(5)*, 2227-2247.
- Eisenberg, N., Fabes, R. A., Nyman, M., Bernzweig, J., & Pinuelas, A. (1994). *The relation of emotionality and regulation to preschoolers' anger-related reactions. Child Development, 65*, 1352-1366.
- Eisenberg, N., Fabes, R. A., Shepard, S. A., Guthrie, I., Murphy, B. C., & Reiser, M. (1999). *Parental reactions to children's negative emotions: Longitudinal relations to quality of children's social functioning. Child Development, 70*, 513-534.
- Elksnin, L., & Elksnin, N. (2003). *Fostering social-emotional learning in the classroom. Education, 124 (1)*, 63-75
- Fabes, R. A., Eisenberg, N., Hanish, L. D., & Spinrad, T. L. (2001). *Preschoolers' spontaneous emotion vocabulary: Relations to likeability. Early Education and Development, 12(1)*, 11-28.
- Fabes, R. A., Leonard, S. A., Kupanoff, K., & Martin, C. L. (2001). *Parental coping with children's negative emotions: Relations with children's emotional and social responding. Child Development, 72(3)*, 907-920.
- Fabes, R. A., Poulin, R. E., Eisenberg, N., & Madden-Derdich, D. A. (2003). *The Coping with Children's Negative Emotions Scale (CCNES):*

- Psychometric properties and relations with children's emotional competence. Marriage & Family Review, 34(3/4), 285-310.*
- Frey, K. S., Hirschstein, M. K., & Guzzo, B. A. (2000). *Second Step: Preventing aggression by promoting social competence. Journal of Emotional and Behavioral Disorders, 8, 102-112.*
  - Garner, P. W., Jones, D. C., Gaddy, G., & Rennie, K. (1997). *Low income mothers' conversations about emotions and their children's emotional competence. Social Development, 6, 37-52.*
  - Garner, P. W., Jones, D. C., & Miner, J. L. (1994). *Social competence among low-income preschoolers: Emotion socialization practices and social cognitive correlates. Child Development, 65, 622-637.*
  - Garner, P. W., & Spears, F. M. (2000). *Emotion regulation in low-income preschoolers. Social Development, 9, 246-264.*
  - Gottman, J. M., Katz, L. F., & Hooven, C. (1997). *Meta-emotion: How families communicate emotionally.* Mahwah, NJ: Erlbaum.
  - Goleman D., (1998). *Η συναισθηματική νοημοσύνη.* Μετ. Παπασταύρου Α. Επιμ. Ι. Νέστορος και Χρ. Ξενάκη. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
  - Gottman J., (2000). *Η συναισθηματική νοημοσύνη των παιδιών. Πώς να μεγαλώσουμε παιδιά με συναισθηματική νοημοσύνη.* Μετ. Ξενάκη Χρ. Επιμ. Χρ. Χατζηχρήστου. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
  - Greenberg, M. T., & Snell, J. L. (1997). *Brain development and emotional development: The role of teaching in organizing the frontal lobe.* In P. Salovey & D. J. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence* (pp. 93-119). New York: Basic Books.
  - Kvale, S. (1996). *Interviews, an introduction to qualitative research interviewing.* Thousand Oaks: SAGE Publications
  - Ladd, G. W., Kochenderfer, B. J., & Coleman, C. C. (1996). *Friendship quality as a predictor of young children's early school adjustment. Child Development, 67, 1103- 1118.*
  - Lazarus, R. S. ~1991!. *Progress on a cognitive-motivational-relational theory of emotion. American Psychologist, 46, 819–834.*

- Mayer, J. D., & Cobb, C. D. (2000). *Educational policy on emotional intelligence: Does it make sense?. Educational Psychology Review*, 12(2), 163-183.
- Miceli, M. & Castelfranchi, C. (2007). *The envious mind. Cognition & Emotion*, 21(3), 449-479
- Ogelman Hulya Gulay, Serdal Seven, (2012), ‘‘Investigating preschool children’s attachment styles and peer relationships ’’ , *Social and Behavioral Sciences* , 47 ,pp. 765 – 770.
- Schachter, S., & Singer, J.E. (1962). *Cognitive, social and physiological determinants of emotional state. Psychological Review*, 69, 379\_399.
- Sroufe, L.A. (1983). *Infant-caregiver attachment and patterns of adaptation in preschool: The roots of maladaptation and competence.* In M. Perlmutter (Ed.), *Minnesota Symposium in Child Psychology* (Vol. 16, pp. 41–83). Hillsdale, NJ: Erlbaum Associates.
- Sroufe, L.A. (1996). *Emotional development: The organization of emotional life in the early years.* New York: Cambridge University Press.
- Sroufe, L.A., Egeland, B., & Carlson, E. (1999). *One social world: The integrated development of parent-child and peer relationships.* In W.A. Collins & B. Laursen (Eds.), *Relationships as developmental context: The 30<sup>th</sup>*
- Weissberg, R.P., Resnik, H., Payton, J., & O’Brien, M.U. (2003). *Evaluating Social and Emotional Learning Programs. Educational Leadership*, 46-50
- Watson, J. B., & Rayner, R. (1920). *Conditioned emotional responses.* *Journal of Experimental Psychology*, 3, 3-14



## Ελληνόγλωσση

- Ηρακλέους Μ., (2005). *Η Αγωγή των Συναισθημάτων στο Νηπιαγωγείο. Στο Σύγχρονες προσεγγίσεις στο Πρόγραμμα του Νηπιαγωγείου*. Επιμ. Ε. Παπαλεοντίου-Λουκά Αθήνα: Τυπωθήτω – Γ. Δαρδανός.
- Κακαβούλης, Κ. Α. (1997). *Συναισθηματική ανάπτυξη και αγωγή*. Αθήνα:Κακαβούλης.
- Καλαντζή-Αζίζι, Α., & Μπεζεβέγκης, Η. (2000). *Θέματα ψυχικής υγείας παιδιών και εφήβων*, Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Κόνσολας Μ., Καλδή Στ., (2006). *Ο ρόλος του δασκάλου ως παράγοντα διαμόρφωσης θετικού κλίματος στην τάξη για μια αποτελεσματική διδασκαλία. Στο Εκπαιδευτική– Σχολική Ψυχολογία*, Τόμος Γ. Επιμέλεια: Χρ. Παπαηλιού, Γ. Ξανθάκου, Σ. Χατζηχρήστου, Αθήνα: Ατραπός, 61 – 77 .
- Λανιάντο Ν.(2003) *Παιδιά που ζηλεύουν. Βιβλιοθήκη για γονείς*. Αθήνα : Εκδόσεις Καστανιώτη.
- Ντινκμέγιερ, Ντ. & Μακ-Κέι, Γκ. (2010). *Γονείς & Έφηβοι – Από τις Συγκρούσεις στη Συνεργασία*. Εκδόσεις: Θυμάρι.
- Πηγή : [www.parentshelp.gr](http://www.parentshelp.gr).

- Πλωμαρίτου, Β. (2004). *Πρόγραμμα ανάπτυξης συναισθηματικής νοημοσύνης*. Αθήνα:Γρηγορη.
- Πούλου, Μ. (2008). *Κοινωνική και συναισθηματική μάθηση: μια προσέγγιση πρόληψης και αντιμετώπισης των συναισθηματικών και συμπεριφορικών δυσκολιών των μαθητών στο σχολείο*. Σε -. Σ. Νικολόπουλος (Επιμ.), *Σχολική Ψυχολογία. Εφαρμογές στο σχολικό περιβάλλον* (σ. 237-281). Αθήνα: Τόπος.
- Ράσελ Μπ. (1977). *Η εκπαίδευση του παιδιού*, εκδ. Ζαχαρόπουλος Σ.Ι., 1977.
- Τσαντήλα, Α., (2007), *Συναίσθημα και Γλώσσα: Ένα μοντέλο ταξινόμησης*, Αθήνα: Interbooks.
- Τσιάντης, Γ. (1988). *Ψυχική υγεία του παιδιού και της οικογένειας* (τ.β΄). Αθήνα: Καστανιώτη.
- Τσιάντης, Γ. (1989). *Σύγχρονα θέματα παιδοψυχιατρικής* (τ.3.). Αθήνα: Καστανιώτη.
- Τσιάντης, Γ. (2000). *Ψυχική υγεία του παιδιού και της οικογένειας* (τ.α΄). Αθήνα: Καστανιώτη.
- Τριλίβα, Σ., & Chimienti, G. (2002). *Ανακάλυψη αυτογνωσία αυτοκυριαρχία αυτοεκτίμηση. Συναισθηματική και κοινωνική επιδεξιότητα*. Αθήνα: Πατάκης.
- Χατζηχρήστου, Γ. Χ. (2004). *Πρόγραμμα προαγωγής της ψυχικής υγείας και της μάθησης, Κοινωνική και συναισθηματική αγωγή στο σχολείο. Προσχολική και πρώτη σχολική ηλικία* (τ.1-7). Αθήνα: Τυπωθήτω-Γιώργος -Γαρδάνος.

# ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

## ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ

### 1. Φύλο

- Άντρας
- Γυναίκα

### 2. Ηλικία

- 20-30
- 30-45
- 45-60

### 3. Αριθμός παιδιών

- Ένα
- Δύο

Περισσότερα από δυο

### 4. Οικογενειακή κατάσταση

- Άγαμος/η
- Παντρεμένος/η
- Διαζευγμένος

### 5. Ποιο είναι το μορφωτικό σας επίπεδο;

- Απόφοιτος Δημοτικού
- Απόφοιτος Γυμνασίου/Λυκείου
- Ανώτερη/Ανώτατη μόρφωση

### 6. Βιώνετε μια ήρεμη οικογενειακή ζωή;

7. Το παιδί σας ζηλεύει; Για ποιους λόγους και πώς το εκφράζει;
8. Διακρίνετε φυσιολογικά ή παθολογικά όρια ζήλιας στα παιδιά σας;
9. Ποιος εντόπισε το συναίσθημα της παθολογικής ζήλιας στο παιδί σας;
10. Σε περίπτωση που είναι παθολογικά τα όρια της ζήλιας το αντιμετωπίζετε:
  - Οι σύζυγοι μεταξύ σας
  - Ειδικός/κοινωνικός λειτουργός
11. Γνωρίζετε για το ρόλο του κοινωνικού λειτουργού στο σχολικό περιβάλλον και στη διαμόρφωση της συναισθηματικής αγωγής των παιδιών προσχολικής ηλικίας; Πιστεύετε ότι είναι απαραίτητη η συνεχή παρουσία του στο σχολείο;
12. Έχετε ζητήσει βοήθεια από κοινωνικό λειτουργό για την αντιμετώπιση προβλημάτων του παιδιού σας;
13. Αν έχετε ζητήσει τη βοήθεια ενός κοινωνικού λειτουργού για το παιδί σας, το έχετε κάνει μέσω του σχολείου ή ανεξάρτητα από αυτό;
14. Πιστεύετε ότι ο ρόλος του κοινωνικού λειτουργού βοηθάει στην αντιμετώπιση αρνητικών συναισθημάτων και βίαιων συμπεριφορών όπως η ζήλια;
15. Εάν απευθυνθήκατε σε κοινωνικό λειτουργό με ποιους τρόπους σας βοήθησε;
16. Πώς πιστεύετε ότι είναι ο σωστός τρόπος διαπαιδαγώγησης των παιδιών σας;
17. Με ποιους τρόπους αντιμετωπίζετε τη ζήλια των παιδιών σας και γιατί επιλέγετε τους συγκεκριμένους. Σε τι βοηθάει ο καθένας από αυτούς;
  - Παιχνίδια

- Συζήτηση
- Κατανόηση
- Αδιαφορία της κακής συμπεριφοράς και επιβράβευση της καλής
- Διασφάλιση ήρεμου οικογενειακού περιβάλλοντος