



**Πανεπιστήμιο  
Κύπρου**

**ΚΟΙΝΟ ΔΙΑΚΡΑΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ  
ΣΠΟΥΔΩΝ**

**«ΣΧΟΛΙΚΗ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΚΑΙ ΚΑΘΟΔΗΓΗΣΗ»**

**“SCHOOL COUNSELING AND GUIDANCE”**

**ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ**

**ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ ΜΥΤΙΛΗΝΑΙΟΥ**

**ΘΕΜΑ:**

**ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΚΟΙΝΟΝΙΚΟΠΟΙΗΣΗ ΠΑΙΔΙΩΝ ΚΑΙ  
ΕΦΗΒΩΝ ΣΤΟ ΠΛΑΙΣΙΟ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ.**

**ΕΞΕΤΑΣΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ**

<b>ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ</b>	<b>ΙΔΙΟΤΗΤΑ</b>	<b>ΤΜΗΜΑ/ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ</b>	<b>ΕΠΙΒΛΕΠΩΝ/ΟΥΣΑ-ΜΕΛΟΣ</b>
ΘΩΜΑΣ ΜΠΑΜΠΑΛΗΣ	ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ	ΠΤΔΕ-ΕΚΠΑ	ΕΠΙΒΛΕΠΩΝ
ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ ΤΣΩΛΗ	ΕΠΙΚΟΥΡΗ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ	ΠΤΔΕ-ΕΚΠΑ	ΜΕΛΟΣ
ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΣΤΑΥΡΙΝΙΔΗΣ	ΑΝΑΠΛΗΡΩΤΗΣ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ	ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ-ΠΚ	ΜΕΛΟΣ

**ΛΕΥΚΩΣΙΑ, 2023**

ΘΕΜΑ:

ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΚΟΙΝΟΝΙΚΟΠΟΙΗΣΗ ΠΑΙΔΙΩΝ ΚΑΙ  
ΕΦΗΒΩΝ ΣΤΟ ΠΛΑΙΣΙΟ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ.

ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ ΜΥΤΙΛΗΝΑΙΟΥ

**ΕΞΕΤΑΣΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ**

<b>ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ</b>	<b>ΙΔΙΟΤΗΤΑ</b>	<b>ΤΜΗΜΑ/ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ</b>	<b>ΕΠΙΒΛΕΠΩΝ/ΟΥΣΑ-ΜΕΛΟΣ</b>
ΘΩΜΑΣ ΜΠΑΜΠΑΛΗΣ	ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ	ΠΤΔΕ-ΕΚΠΑ	ΕΠΙΒΛΕΠΩΝ
ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ ΤΣΩΛΗ	ΕΠΙΚΟΥΡΗ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ	ΠΤΔΕ-ΕΚΠΑ	ΜΕΛΟΣ
ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΣΤΑΥΡΙΝΙΔΗΣ	ΑΝΑΠΛΗΡΩΤΗΣ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ	ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ-ΠΚ	ΜΕΛΟΣ

## Περίληψη

Το κάθε παιδί έχει τη δυνατότητα μέσα από την οικογένειά του να μπορέσει να αναπτύξει και άλλες δεξιότητες, όπως είναι η λήψη πρωτοβουλιών αλλά και η προσπάθεια λύσης των προβλημάτων που το απασχολεί. Οι ενήλικες καταβάλλοντας προσπάθεια και χρόνο μπορούν να βοηθήσουν τους ανήλικους να δυναμώσουν ψυχικά εκμεταλλευόμενοι τον καθημερινό χρόνο που περνούν μαζί. Η σημασία και η προσοχή στα παιδιά από τους γονείς όταν τους μιλάνε χωρίς οι γονείς να συμπεριφέρονται επιβλητικά στο παιδί αλλά ούτε και να του μιλούν από απόσταση είναι σημαντικά βήματα που θα βοηθήσουν τα μέλη μιας οικογένειας να έχουν καλύτερη επικοινωνία μεταξύ τους.

Μέσα από τα στάδια της δημιουργικής διαδικασίας είναι εφικτή και η υλοποίηση μιας ιδέας. Η δημιουργικότητα στο σχολείο και στο σπίτι, συμβάλλουν σημαντικά ως προς το παιδί, για να ανακαλύψει τα ταλέντα και τις δεξιότητές του μιας και είναι πολύ σημαντικά κομμάτια στην ζωή του τα οποία το καθιστούν παραγωγικό και ευτυχισμένο. Η επικοινωνία επίσης, είναι μια σημαντική δεξιότητα η οποία εάν επιτευχθεί επιτυχώς, τότε εξασφαλίζει ο γονέας μια βάση για γερή και μακροχρόνια σχέση με τα παιδιά του.

Επιπρόσθετα, τόσο το σχολείο όσο και το σπίτι του κάθε παιδιού/ έφηβου οφείλουν μέσω δραστηριοτήτων να βοηθήσουν τα παιδιά και τους έφηβους να κοινωνικοποιούνται.

Μαζί με τα πιο πάνω η ενδυνάμωση της ψυχικής ανθεκτικότητας καθώς και της αυτοπεποίθησης είναι χαρακτηριστικά τα οποία βοηθούν το παιδί να μην φοβάται αλλά και να μην ντρέπεται να κάνει λάθος, ενθαρρύνοντας το παιδί να εμπλακεί σε νέες εμπειρίες θέτοντας ταυτόχρονα και νέους στόχους. Σημαντικό είναι, επίσης, να μάθουν τα παιδιά να αποδέχονται την αποτυχία και να μην τα παρατούν. Η αποφυγή της υπερπροστασίας και των συγκρούσεων μπορούν με δυναμικό τρόπο να ενισχύσουν ακόμη περισσότερο την ψυχική ανθεκτικότητα. Και εννοείται πως η επιβράβευση στο παιδί μόνο για την προσπάθεια του σε κάποιο στόχο που έθεσε είτε τον πέτυχε είτε όχι είναι ακόμα ένας καλός τρόπος ενίσχυσης και ενδυνάμωσης της ψυχικής ανθεκτικότητας του παιδιού.

## **Abstract**

It is an ally in many ways and creative thinking can offer so much more to man when it develops and evolves. Through a creative and innovative way, children and teenagers can develop and slowly acquire their independence and the ability to make decisions, something that will greatly strengthen them as characters and personalities. However, each child also has the possibility through their child to be able to develop skills such as taking initiatives and trying to solve the problems that concern them. Adults putting in effort and time can help minors become mentally stronger by taking advantage of their daily time spent together.

Importance and attention to the children from the parents when they talk to them without the parents behaving imposingly towards the child but neither talking to him from a distance. They are important steps that will help family members communicate better with each other.

Along with the above, the strengthening of mental resilience as well as self-confidence are characteristics that help the child not to be afraid but also not to be ashamed of making mistakes, the child is encouraged to get involved in new experiences while setting new goals. It is also important for children to learn to accept failure and not to give up when faced with it. Avoiding overprotection and conflict can powerfully enhance mental resilience even more. And it is understood that rewarding the child only for his effort in some goal he set, whether he achieved it or not, is still a good way to strengthen and strengthen the child's mental resilience.

## Περιεχόμενα

Περίληψη .....	3
Abstract .....	4
ΠΡΟΛΟΓΟΣ .....	7
ΕΙΣΑΓΩΓΗ .....	8
Α' ΜΕΡΟΣ: ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ .....	10
ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΠΡΩΤΟ: Η ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΙΚΗ ΤΗΣ ΜΕΛΕΤΗΣ .....	10
1.1 Η διατύπωση του προβλήματος.....	10
1.2 Σκοπός και στόχοι της μελέτης .....	10
1.3 Εννοιολογικές οριοθετήσεις .....	11
1.3.1 Δημιουργική σκέψη:.....	11
1.3.2 Οικογένεια:.....	11
1.3.3 Δημιουργικό παιχνίδι: .....	12
ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΔΕΥΤΕΡΟ: ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ .....	13
2.1 Οριοθέτηση στην οικογένεια .....	13
2.1.1 Σημασία της οριοθέτησης .....	13
2.2 Όρια – μια από τις μεγαλύτερες προκλήσεις .....	14
2.3 Γιατί πρέπει να τεθούν τα όρια... ..	15
2.4 Σημαντικές παράμετροι ως προς τον τρόπο οριοθέτησης.....	16
2.5 Τρόποι θεσμοθέτησης ορίων.....	18
2.6 Στάδια ανάπτυξης της οικογένειας.....	19
2.7 Γονεϊκό στυλ.....	20
2.8 Γονική ενθάρρυνση ανάπτυξης δεξιοτήτων.....	21
2.9 Οικογένεια στην Κύπρο .....	22
ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΤΡΙΤΟ: ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΟΤΗΤΑ .....	26
3.1 Ο Ορισμός της Δημιουργικότητας .....	26
3.1.1 Χαρακτηριστικά των δημιουργικών ανθρώπων.....	26

3.1.2 Τα στάδια της δημιουργικής διαδικασίας.....	27
3.2 Δημιουργικότητα στο σχολείο.....	27
3.3 Δημιουργικότητα στο σπίτι.....	29
3.4 Τρόποι ανάπτυξης της δεξιότητας της επικοινωνίας στα παιδιά.....	31
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΤΕΤΑΡΤΟ: ΨΥΧΙΚΗ ΑΝΘΕΚΤΙΚΟΤΗΤΑ.....</b>	<b>34</b>
4.1 Ο ρόλος των γονέων.....	34
4.2 Ο ρόλος των εκπαιδευτικών.....	34
4.3. Ψυχική ανθεκτικότητα ορισμός.....	35
4.3.1 Χαρακτηριστικά των παιδιών για ενίσχυση της ψυχικής ανθεκτικότητας.....	35
4.3.2 Τρόποι ενίσχυσης της ψυχικής ανθεκτικότητας των παιδιών από τους γονείς.....	36
4.4 Κοινωνία, κουλτούρα και Ψυχική Ανθεκτικότητα.....	36
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΠΕΜΠΤΟ: Η ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΠΟΙΗΣΗ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΚΑΙ ΤΩΝ ΕΦΗΒΩΝ.....</b>	<b>38</b>
5.1. ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΠΟΙΗΣΗ.....	38
5.1.1. Εννοιολογική οριοθέτηση.....	38
5.1.2. Διαδικασία κοινωνικοποίησης.....	38
5.1.3 Επιρροές κοινωνικοποίησης.....	40
5.1.4 Στάδια κοινωνικοποίησης των παιδιών.....	47
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΕΚΤΟ.....</b>	<b>52</b>
6.1. Συζήτηση-Συμπεράσματα.....	52
6.2 Προτάσεις.....	52
<b>ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....</b>	<b>54</b>

## ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Οι εποχές που ζούμε συνεχώς όλο και μας απογοητεύουν και μας προσγειώνουν ανώμαλα. Στην καθημερινή μας προσπάθεια υλοποίησης στόχων και ονείρων μας, ερχόμαστε αντιμέτωποι με την σκληρή πραγματικότητα των ραγδαίων και συνάμα δυσάρεστων εξελίξεων για την ανθρωπότητα, στην μείωση μισθών και εργασιακών δικαιωμάτων /ωφελημάτων και ταυτόχρονα αύξηση σε όλα τα είδη στην αγορά με αποτέλεσμα να μην μπορούμε με άνεση να εξασφαλίσουμε τα είδη πρώτης ανάγκης όπως ρεύμα, τρόφιμα, στέγη.

Επειγόντως αλλαγή χρειαζόμαστε και να θυμόμαστε πως δεν είμαστε πια μόνοι. Αν το πιστέψουμε πραγματικά και βαθιά μέσα μας, θα ανακαλύψουμε πως έχουμε τον τρόπο και την δύναμη να ξεσηκωθούμε και να διεκδικήσουμε τα δικαιώματά μας.

Ωστόσο ένα σημαντικό κομμάτι που όσο αναπτύσσεται και ανθίζει τόσο πιο μπροστά πάμε είναι η δημιουργικότητα. Τα παιδιά αποδείχθηκε πάρα πολλές φορές πως είναι το μέλλον αυτού του τόπου και αυτά τα παιδιά αν αναπτυχθούν δημιουργικά τότε ναι υπάρχει ακόμα ελπίδα. Η δημιουργικότητα δίνει ώθηση και αφήνει τον άνθρωπο να ανακαλύψει νέες και έξυπνες ιδέες .

## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η δημιουργική σκέψη αλλά και η κοινωνικοποίηση είναι δύο ισχυροί σύμμαχοι δίπλα στον άνθρωπο. Ο άνθρωπος μέσα από την δημιουργικότητα αλλά και την κοινωνικοποίηση μπορεί να αναπτυχθεί και εξελιχθεί. Μέσα από δημιουργικό και καινοτόμο τρόπο μπορούν να αναπτυχθούν τα παιδιά και οι έφηβοι, με απώτερο σκοπό να αποκτήσουν την ανεξαρτησία τους καθώς και τη δεξιότητα λήψης απόφασης, κάτι το οποίο θα τους δυναμώσει πολύ ως χαρακτήρες και προσωπικότητες.

Η παρούσα εργασία αποτελείται από έξι κεφάλαια.

Στο πρώτο κεφάλαιο περιλαμβάνεται η προβληματική της μελέτης μέσα από την οποία διατυπώνεται το πρόβλημα. Ακολούθως, περιγράφεται ο σκοπός και η στόχοι της μελέτης. Μετέπειτα, επακόλουθες είναι οι εννοιολογικές οριοθετήσεις για την δημιουργική σκέψη, την οικογένεια και το δημιουργικό παιχνίδι για τις οποίες γίνεται μια σύντομη περιγραφή τους.

Η οικογένεια, το δεύτερο κεφάλαιο, αναφέρεται στην οριοθέτηση στην οικογένεια και στα στάδια ανάπτυξής της, το γονεϊκό στιλ, την γονική ενθάρρυνση για την ανάπτυξη των δεξιοτήτων και ολοκληρώνεται με έρευνες που έχουν γίνει στην Κύπρο και αφορούν οικογένειες στην Κύπρο.

Στο τρίτο κεφάλαιο το ενδιαφέρον εστιάζεται στη δημιουργικότητα όπου μέσα από αυτήν γνωρίζουμε τα χαρακτηριστικά των δημιουργικών ανθρώπων καθώς και τα στάδια της δημιουργικής διαδικασίας. Παράλληλα, προς το τέλος του δεύτερου κεφαλαίου συναντάμε την δημιουργικότητα στο σχολείο και στο σπίτι και επιπρόσθετα, την ανάπτυξη της δεξιότητας για καλύτερη επικοινωνία.

Το τέταρτο κεφάλαιο αφορά τον ορισμό της ψυχικής ανθεκτικότητας και ποιος ο ρόλος της οικογένειας αλλά και του σχολείου μέσα σε αυτό το πλαίσιο. Επιπλέον, το κεφάλαιο περιγράφει πώς η ψυχική ανθεκτικότητα μπορεί να ενισχυθεί τόσο μέσα από το σπίτι του κάθε παιδιού αλλά και μέσα από την κοινωνία και την κουλτούρα που ζούμε.



Την κοινωνικοποίηση θέτει στο επίκεντρο το πέμπτο κεφάλαιο. Ξεκινώντας από τον ορισμό, την διαδικασία καθώς και τις επιρροές κοινωνικοποίησης προχωράει στον ρόλο της οικογένειας και του σχολείου και καταλήγει φτάνοντας στα στάδια κοινωνικοποίησης των παιδιών.

Το έκτο κεφάλαιο αφορά τη συζήτηση και διατυπώνονται τα συμπεράσματα και προτάσεις για μελλοντική έρευνα.

Τέλος, παρατίθεται η βιβλιογραφία στην οποία στηρίχθηκε η εργασία αυτή.

## **Α' ΜΕΡΟΣ: ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ**

### **ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΠΡΩΤΟ: Η ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΙΚΗ ΤΗΣ ΜΕΛΕΤΗΣ**

#### **1.1 Η διατύπωση του προβλήματος**

Η πνευματική ανάπτυξη των παιδιών και των εφήβων είναι αναμφίβολα ένα από τα σημαντικότερα κομμάτια της ζωής τους, κατά το οποίο, «κτίζουν» την ψυχή και το πνεύμα τους. Μια αμφίδρομη συναλλαγή σχολείου και οικογένειας μέσω της μάθησης με ποικιλοτρόπους μεθόδους, είτε αυτό θα προκύψει μέσα από τα βιβλία είτε μέσα από την εκδρομή/βόλτα είτε ακόμα και μέσα από το σωστά εμπλουτισμένο μας λεξιλόγιο, είναι εφικτό να «κτίσουν» γερά πνευματικά και ψυχικά θεμέλια στο κάθε παιδί ξεχωριστά.

Η δημιουργικότητα αλλάζει τον άνθρωπο και εσωτερικά και εξωτερικά και αυτό φαίνεται και βγαίνει προς τα έξω. Η δημιουργικότητα ενισχύει την αυτοπεποίθηση αλλά και την ψυχική ανθεκτικότητα, δραστηριοποιεί ωστόσο το άτομο και το πεισμώνει για την επίτευξη των στόχων του.

Η δημιουργική ανάπτυξη των παιδιών έχει την δύναμη και μπορεί να ενισχύσει την ψυχική ανθεκτικότητα/υγεία τους αλλά και την αυτοπεποίθησή τους, χαρακτηριστικά τα οποία όσο ενισχύονται και δουλεύονται στον μέγιστό τους βαθμό, τόσο χαμηλά επίπεδα εκφοβισμού, κατάθλιψης, εξάρτησης και κατάχρησης ουσιών καταγράφονται. Συνεπώς, η έρευνα αυτή ζητούμενο έχει, πρωτίστως να ερευνηθεί εάν οι οικογένειες και το σχολείο ενισχύουν δημιουργικά τους μαθητές και δευτερευόντως τους τρόπους με τους οποίους τους ενισχύουν (Ξανθάκου, 2011).

#### **1.2 Σκοπός και στόχοι της μελέτης**

Σκοπός της συγκεκριμένης μελέτης είναι να παρουσιάσει τους τρόπους με τους οποίους μπορούν οι γονείς να αναπτύξουν ή και να ενισχύσουν την δημιουργική σκέψη των παιδιών τους στο πλαίσιο της οικογένειας. Συγκεκριμένοι στόχοι που τέθηκαν είναι:

- η μελέτη των πρακτικών ανάπτυξης της δημιουργικότητας παιδιών και εφήβων από τους γονείς,
- η διερεύνηση των τρόπων μέσα από τους οποίους οι γονείς μπορούν να κοινωνικοποιήσουν τα παιδιά τους,
- πως μπορεί η ψυχική ανθεκτικότητα να ενισχύσει θετικά τα παιδιά και τους εφήβους και με ποιον τρόπο μπορούν οι γονείς να εμπλακούν σε αυτό.

### **1.3 Εννοιολογικές οριοθετήσεις**

#### **1.3.1 Δημιουργική σκέψη**

Διαπιστώνεται μέσα από ερευνητές πως η δημιουργική σκέψη πέραν της εφευρετικής δύναμης που χρειάζεται για να παράγει καινοτόμα και μοναδικά αποτελέσματα, χρειάζεται επίσης και την λογική ή την κριτική συνδρομή για αξιολόγηση και ένταξη κάτω από μια ανάγκη ή επιθυμία (Μπαμπάλης & Σαμαρτζή 2017).

#### **1.3.2 Οικογένεια**

Η οικογένεια αποτελείται από δύο ή/και περισσότερα άτομα. Αναμφισβήτητα ο όρος οικογένεια μπορεί να θεωρηθεί με δύο αλλά και με ένα γονέα ή και κηδεμόνα. Στο πλαίσιο της οικογένειας υπάρχει η δυνατότητα ανάπτυξης της αυτοπεποίθησης των παιδιών και της ψυχικής τους ανθεκτικότητας. Αξίζει να σημειωθεί πως η ενθάρρυνση του παιδιού σε νέες εμπειρίες, το δικαίωμά του για αποτυχία, ο ορισμός στόχων, η επιβράβευση αλλά και η υγιής επικοινωνία αναμφίβολα συμβάλλουν και ενισχύουν την αυτοπεποίθηση του παιδιού αλλά και την ψυχική του ανθεκτικότητα. Επιπρόσθετα, όταν ο γονέας αποφεύγει την σύγκριση του παιδιού του με άλλο παιδί ή ακόμα και να του δώσει το έναυσμα για να κάνει τα δικά του βήματα και επιλογές, ή ακόμη και να του παρέχεται το δικαίωμα έκφρασης της δικής του άποψης, ενδυναμώνεται όλο και περισσότερο το παιδί.

Η βιολογική και η κοινωνική αποτελούν τις δύο βασικές διαστάσεις του ορισμού οικογένεια. Επιπρόσθετα, η βιολογική παραπομπή της οδηγεί στην συμβίωση και τις σχέσεις οικειότητας. Σύμφωνα με τον «βιολογικό» ορισμό, ως οικογένεια

εννοούμε μια ομάδα ανθρώπων που έχουν τα ίδια γενετικά χαρακτηριστικά λόγω της κληρονομικότητά τους. Ο νομικός ορισμός της οικογένειας λέει ότι οικογένεια θεωρείται αυτή η ομάδα ατόμων που τους συνδέει ο γάμος, η γέννα αλλά και η υιοθεσία. Από μια άλλη οπτική γωνία, κατά την ψυχολογία, οικογένεια είναι μια ομάδα ανθρώπων που μοιράζονται μια κοινή ιστορική διαδρομή, βιώνουν μαζί την καθημερινότητα και προσδοκούν σε μια μελλοντική σχέση αλληλεξάρτησης (Γεωργίου, 2012).

### 1.3.3 Δημιουργικό παιχνίδι

Το δημιουργικό παιχνίδι έχει ισχυρό αντίκτυπο στην μετέπειτα ενήλικη ζωή των παιδιών. Θέτονται ισχυρές βάσεις για την άρτια ανάπτυξη των παιδιών εντάσσοντάς τα και ενσωματώνοντάς τα στο κοινωνικό σύνολο με αποτέλεσμα την ενίσχυση της φαντασίας και της δημιουργικότητάς του. Δημιουργώντας τις ιδανικές συνθήκες ψυχαγωγίας συμβάλλουμε καταλυτικά στην διάπλαση της προσωπικότητας των παιδιών. Μπορεί ωστόσο το δημιουργικό παιχνίδι, σε όλες τις βαθμίδες εκπαίδευσης, να καθιστά την μαθησιακή διαδικασία αλλά και δυσκολία να είναι ευχάριστη για τον κάθε μαθητή (Ιακώβου, 2016).

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΔΕΥΤΕΡΟ: ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ**

### **2.1 Οριοθέτηση της έννοιας οικογένεια**

#### **2.1.1 Σημασία της οριοθέτησης**

Είναι στην φύση των παιδιών να δοκιμάζουν τα όρια τους και είναι γεγονός πως αυτό το γνωρίζουν και οι γονείς. Φαίνεται πως αυτή την πρόκληση και όρεξη για την δοκιμασία των ορίων την φέρουν εκ γενετής τους. Το παράδοξο αυτής της «προκλητικής» συμπεριφοράς είναι ότι η διαρκής αμφισβήτηση των ορίων αποτελεί ένα σημαντικό μέρος της ανάπτυξης και της ανεξαρτησίας των παιδιών.

Είναι υγιές τα παιδιά να δοκιμάζουν τα όρια, εξάλλου από μικρά, μερικές φορές πιέζοντας ή προκαλώντας τα να διαφωνήσουν με τους γονείς μπορούν να διεκδικήσουν την ατομικότητά τους όλο και περισσότερο καθώς μεγαλώνουν. Η αποστολή ενός γονέα είναι να διδάξει στα παιδιά πώς να δοκιμάσουν τα όριά τους με σεβασμό, χωρίς να είναι θυμωμένα ή προκλητικά.

Βοηθώντας ο γονέας το παιδί του να έχει σαφείς, καθορισμένους περιορισμούς είναι ένας πολύ ωραίος τρόπος μέσα από τον οποίο μπορεί να δείξει στα παιδιά του την αγάπη του. Τα παιδιά έχουν ανάγκη από κατευθυντήριες γραμμές για τη ζωή τους που να εφαρμόζονται με αξιοπιστία. Καλείται ο γονέας να δημιουργήσει ένα ασφαλές περιβάλλον γι' αυτά και ο καθορισμός ορίων είναι ένα σημαντικό κομμάτι για τα παιδιά, διότι, σε αντίθετη περίπτωση όπου δεν υπάρχουν σαφή όρια δημιουργούνται αισθήματα ανασφάλειας.

Τα όρια προσφέρουν μια αίσθηση ασφάλειας στα παιδιά και είναι τόσο αναγκαία όσο ακριβώς είναι ένας συγκεκριμένος χρόνος για ύπνο, υγιεινή διατροφή και άλλες καθημερινές συνήθειες οι οποίες τα κρατούν υγιή. Όταν οι γονείς δεν παρέχουν σαφή όρια ή επιτρέπουν στα παιδιά τους να ελέγχουν αυτόν που αποφασίζει στο σπίτι, η ισορροπία δύναμης μετατοπίζεται προς το παιδί, κάτι που είναι επιβλαβές για τους γονείς και τα παιδιά (Κοβάνη, 2019).

## **2.2 Όρια – μια από τις μεγαλύτερες προκλήσεις**

Πολλοί άνθρωποι έχουν βιώσει ως παιδιά τα όρια σαν την επιβολή της πειθαρχίας από τους γονείς τους και τα πρόσωπα κύρους. Ωστόσο, το όριο συνήθως έχει συνδεθεί στο μυαλό των ανθρώπων με το “όχι” και την σύγκρουση γονιού και παιδιού. Οι περισσότεροι γονείς είτε υιοθετούν σε κάποιο βαθμό το ίδιο μοντέλο, είτε δεν βάζουν επαρκή όρια στο παιδί τους προκειμένου να μην το καταπιέσουν.

Δεν χρειάζεται οι γονείς να παίρνουν προσωπικά και να νιώθουν ως απόρριψη την συχνή άρνηση του παιδιού ή την επιμονή του σε αυτό που θέλει και να αντιδρούν με θυμό, διότι συνήθως υπακούν τελικά, σε αντίθετη περίπτωση όμως το κόστος είναι ότι αναπτύσσουν φόβο για τον γονιό και μια αρνητική εικόνα για τον εαυτό τους. Οι γονείς συνήθως μετά από τέτοιες συγκρούσεις έχουν αισθήματα ενοχής και ανεπάρκειας και επίσης συχνά δημιουργείται πόλωση ανάμεσα στους γονείς, ώστε ο ένας να είναι “ο καλός” και ο άλλος “ο κακός”.

Σε αντίθετη περίπτωση, οι γονείς προκειμένου να αποφύγουν το ξέσπασμα του παιδιού και την σύγκρουση μαζί του, ακολουθούν τα “θέλω” του, ακόμη και στις περιπτώσεις όπου είναι σε κάποιο βαθμό ακατάλληλα. Αυτό, έχει ως αποτέλεσμα τα παιδιά να καταλήγουν να νιώθουν ανασφάλεια, να γίνονται εν μέρη “αρχηγοί” της οικογένειας, να έχουν δυσκολία να συσχετιστούν με άλλα παιδιά και να κρύβουν μέσα τους τον φόβο που αισθάνονται.

Είναι όντως πολύ δύσκολη η πορεία προς την οριοθέτηση μιας και για τους περισσότερους γονείς είναι ακόμη και άγνωστη, καθώς τα όρια καλό θα ήταν να εφαρμόζονται με σταθερότητα και αγάπη. Η αγάπη θεωρείται δεδομένη εκ μέρους του γονιού, αλλά χρειάζεται να λάβει αυτό το συναίσθημα και το παιδί, μιας και τα όρια με αυτό τον τρόπο δημιουργούν ασφάλεια, κυριολεκτικά και μεταφορικά, σωματική και συναισθηματική.

Η δημιουργία ασφάλειας είναι αυτό που χρειάζεται ως βασικός στόχος όταν θέτονται όρια στα παιδιά. Τα παιδιά, νιώθουν πιο οικεία όταν ξέρουν μέχρι πού μπορούν να φτάσουν διότι νιώθουν την παρουσία του ενήλικα που τα προστατεύει, τον οποίον και μπορούν να εμπιστευτούν.

Και επειδή ως γνωστόν η θεωρία απέχει από την πράξη, είναι εντάξει εάν δεν θα πετυχαίνει πάντα ο γονέας να βάλει τα όρια με έναν τέτοιο τρόπο διότι σημασία έχει να επιθυμεί να εξελίσσεται, οριοθετώντας όλο και περισσότερο τον εαυτό του πρώτα απ' όλα (Καΐρη, 2020).

### **2.3 Η σημασία της οριοθέτησης**

Περιγράφοντας τον ορισμό οριοθέτηση είναι λες και μιλάμε για ένα προστατευτικό δίκτυο ασφαλείας που μαθαίνει στα παιδιά πώς να συνυπάρχουν αρμονικά με τους γύρω τους, πώς να αντιλαμβάνονται και να σέβονται τον προσωπικό τους χώρο αλλά και τον χώρο των άλλων καθώς επίσης και πώς να εκφράζουν τις σκέψεις και τα συναισθήματά τους άμεσα και λειτουργικά.

Ο εγκέφαλος των παιδιών, κάθε χρόνο, αναπτύσσεται και βγαίνοντας από την εγωκεντρική τους οπτική, που κυριαρχεί στα πρώτα τους χρόνια, ξεκινούν να συνειδητοποιούν ότι καθημερινά ζουν με διαφορετικούς ανθρώπους που ωστόσο δεν έχουν ακόμα τις δεξιότητες να διαχειριστούν τη συμπεριφορά τους με τέτοιο τρόπο ώστε να εκφράζουν τις επιθυμίες τους και ταυτόχρονα να δίνουν χώρο στους άλλους και να καλλιεργούν την πειθαρχία.

Οριοθετώντας τα παιδιά, διδάσκονται την έννοια πολύ σημαντικών αξιών όπως είναι η πειθαρχία, ο σεβασμός, η οργάνωση του προγράμματός τους αλλά και του δωματίου τους, η ενσυναίσθηση, η ξεκάθαρη συνεννόηση ως προς το τι περιμένουμε από εκείνα και ποιες συμπεριφορές είναι κατάλληλες και αποδεκτές σε κάθε συνθήκη. Χωρίς αυτά, τα παιδιά θα αισθάνονταν χαμένα και αποδιοργανωμένα.

Δεν γνωρίζουν πώς να αντιδράσουν σε διάφορες προκλήσεις, αλλά και πώς να επικοινωνήσουν και να εκφράσουν τις επιθυμίες τους στους άλλους, πώς να μιλήσουν χωρίς να προσβάλλουν και πώς να εκφράσουν τα συναισθήματά τους χωρίς ακραίες συμπεριφορές. Μαθαίνοντας όρια στα παιδιά τους οι γονείς, δείχνουν έμπρακτα την αγάπη τους προς αυτά αλλά και την ενεργή τους παρουσία στο μέγαλωμά τους και μ' αυτό τον τρόπο, λειτουργούν ως φωτεινοί σηματοδότες για το πώς να αντιλαμβάνονται τη ζωή και την συνύπαρξη τους με τους γύρω τους.

## 2.4 Σημαντικές παράμετροι ως προς τον τρόπο οριοθέτησης

- Η κάθε ηλικία στα παιδιά έχει και τα δικά της ξεχωριστά στάδια ανάπτυξης, οπότε καλό θα ήταν να εφαρμόζονται και τα αντίστοιχα όρια της εκάστοτε αναπτυξιακής βαθμίδας του παιδιού. Σε κάθε στάδιο ανάπτυξης, το άτομο, έρχεται αντιμέτωπο με μία κρίση η οποία αν επιλυθεί επιτυχώς, θέτει το άτομο ικανό να κατακτήσει την ψυχοκοινωνική ποιότητα που σχετίζεται με το αντίστοιχο στάδιο ανάπτυξης. Για παράδειγμα, τον πρώτο χρόνο ζωής του το βρέφος εξαρτάται πλήρως από τους φροντιστές του και αντιμετωπίζει την κρίση *εμπιστοσύνης έναντι της αμφιβολίας* που σημαίνει ότι αν εκείνοι ανταποκρίνονται σταθερά στις ανάγκες του με ζεστασιά το βρέφος μαθαίνει να εμπιστεύεται τους ανθρώπους γύρω του. Κατά το δεύτερο στάδιο ανάπτυξης έρχεται η κρίση *της αυτονομίας έναντι της ντροπής* καθώς αφορά την είσοδο του παιδιού στα νηπιακά χρόνια καθώς και την χρήση της τουαλέτα, ωστόσο, μπορεί επίσης να επιλέξει τροφές και παιχνίδια και γενικά να αναπτύσσει δεξιότητες ανεξαρτησίας. Είναι λοιπόν καίριο τα όρια να συμβαδίζουν με την εκάστοτε ηλικία και αναπτυξιακή φάση ζωής του κάθε παιδιού.
- Ωστόσο, χρειάζεται και η ενεργοποίηση της ενσυναίσθησης απέναντι στο παιδί με απώτερο σκοπό να σκεφτόμαστε και την οπτική του παιδιού κάθε φορά που θέτουμε ένα όριο. Να βάζουμε δηλαδή τον εαυτό μας στη θέση του και να αναλογιζόμαστε πώς θα αντιδρούσαμε εμείς στην θέση του. Τα όρια έχουν στόχο να βοηθήσουν στη δημιουργία ενός κλίματος αρμονίας και να λειτουργήσουν υπέρ όλων, συμπεριλαμβανομένου του ίδιου του παιδιού.
- Η συνέπεια είναι το αποτέλεσμα της επιτυχίας. Όταν προσπαθούμε να οριοθετήσουμε μία συγκεκριμένη συμπεριφορά του παιδιού χρειάζεται οπωσδήποτε συνέπεια στις αντιδράσεις κάθε φορά που συμπεριφέρεται με αυτό τον τρόπο. Για παράδειγμα, αν τη μία γελάμε και την άλλη είμαστε αυστηροί ή αδιάφοροι το μόνο αποτέλεσμα θα είναι να μπερδευτεί το παιδί.
- Το «όχι» να παραμένει «όχι» και να υπάρχει σταθερότητα. Ως γνωστόν, τα παιδιά αλλά και οι έφηβοι σε κάθε «όχι» αντιδρούν ακόμα πιο έντονα με την ελπίδα να κερδίσουν το «ίσως» ή ακόμη και το πολυπόθητο «ναι». Εάν ο γονιός υποκύψει, τότε το μήνυμα που δίνει στο παιδί/ έφηβο είναι ότι το «όχι» είναι διαπραγματεύσιμο, και



πως με λίγη ακόμη προσπάθειά του θα πάρει και το πολυπόθητο «ναι». Η διαπραγμάτευση αυτή όμως, καθιστά τα παιδιά ως χειριστικά και τους δίνει το έναυσμα να ψάχνουν να βρουν συνεχώς τους τρόπους για να κάνουν αυτό που θέλουν.

- Αλλάζουμε τις αρνητικές φράσεις σε θετικές. Για παράδειγμα αντί να πούμε *Αν αργήσεις να ντυθείς δε θα πάμε στις κούνιες* μπορούμε να πούμε *Ας ντυθούμε πρώτα και μετά θα πάμε στις κούνιες*, διότι στόχος είναι η παρότρυνση των παιδιών και όχι να τα κάνουμε να αισθανθούν απειλή η οποία το πιθανότερο είναι να φέρει άσχημα αποτελέσματα.
- Εξίσου σημαντικό και χρειάζεται προσοχή σ' αυτό είναι η γλώσσα του σώματός μας. Εκτός από τα λεκτικά μηνύματα που μπορούν να μεταφέρουν οι γονείς στο παιδί/έφηβο τους στέλνουν και πάρα πολλά μη λεκτικά μηνύματα τόσο με τη στάση του σώματός τους όσο και με τον τόνο της φωνής τους καμιά φορά όμως και με τις εκφράσεις του προσώπου τους. Μιλώντας στα παιδιά, καλό είναι να κατεβαίνουμε στο δικό τους ύψος ώστε να έχουμε άμεση οπτική επαφή και να χρησιμοποιούμε έναν σταθερό τόνο στη φωνή μας, διότι όταν το παιδί φωνάζει και φωνάζουν και οι γονείς τότε η κατάσταση απλά θα χειροτερέψει. Στόχος είναι να χαμηλώσουμε την ένταση άρα χρησιμοποιούμε έναν ήρεμο και σταθερό τόνο φωνής.
- Κάποτε κοιτώντας το δέντρο χάνουμε το δάσος. Προσπαθώντας να τεθεί ένα όριο όταν το παιδί είναι ταραγμένο και δε συνεργάζεται, καλό θα ήταν, να σκεφτούμε *εάν πεινάει ή εάν πονάει κάπου, ή μήπως νιώθει άγχος, θυμό, ή ακόμη και αν είναι κουρασμένο*. Πολλές φορές όταν το παιδί βρίσκεται σε μία από τις παραπάνω καταστάσεις παραφέρεται και είναι εκτός ορίων οπότε θα βοηθούσε να δούμε αν κάτι τέτοιο συμβαίνει και να ρωτήσουμε το παιδί τι χρειάζεται.
- Προσφορά υποστήριξης στο παιδί. Κάτι που για τον ενήλικα φαντάζει απλό, όπως για παράδειγμα η τακτοποίηση του δωματίου, για το παιδί μπορεί να φαίνεται βουνό. Παράδειγμα παρότρυνσης: *Ας φτιάξουμε μαζί το δωμάτιο σου και μετά μπορούμε να διαβάσουμε μαζί ένα παραμύθι*.
- Ο ενήλικας ως παράδειγμα για το παιδί τηρώντας τα όρια που έχουν εφαρμοστεί. Δηλαδή θα πρέπει οι ενήλικες να αποφεύγουν να λένε *φεύγουμε σε πέντε λεπτά* και να

πιάνουν κουβέντα και τα πέντε λεπτά να γίνονται μισάωρο διότι κατευθείαν δείχνεις στο παιδί πως δεν τηρείς αυτό που λες. Στην περίπτωση όμως που τα πέντε λεπτά είναι πράγματι πέντε τότε το παιδί παίρνει στα σοβαρά το όριο του ενήλικα αφού και ο ίδιος το τηρεί.

Προσπαθώντας οι γονείς να βάλουν όρια στα παιδιά τους θα τους βοηθούσε πολύ να κατανοήσουν και να συνειδητοποιήσουν πως μόνο προστασία τους προσφέρουν τα όρια και δεξιότητες να διαχειρίζονται τις προκλήσεις της ζωής και να ζουν αρμονικά με τους ανθρώπους γύρω τους. Ωστόσο, η αγάπη στα παιδιά θα πρέπει να είναι άνευ όρων (Ντέμου, 2019).

## **2.5 Τρόποι θεσμοθέτησης ορίων**

**Συμφωνία για τα όρια και τους κανόνες που θα τεθούν.** Συνήθως η αδυναμία στην οριοθέτηση προκύπτει από ασυμφωνίες μεταξύ των γονέων. Είναι σημαντικό οι γονείς να συμφωνούν στους κανόνες και τα όρια.

**Θεσμοθέτηση ορίων από κοινού χωρίς την διαπραγμάτευση τους.** Αλληλοϋποστήριξη μεταξύ των γονέων χωρίς ελαστικότητα με το πρώτο ξέσπασμα θυμού του έφηβου παιδιού. Τα ξεσπάσματα των εφήβων κάποιες φορές είναι υπερβολικά, όμως, είναι σημαντικό να κατανοήσει το παιδί ότι μπορείτε να αντέξετε το θυμό του.

**Ενθάρρυνση του παιδιού να εκφράζει τα συναισθήματα και τις δυσκολίες του.** Η ενθάρρυνση αυτή κάνει τον έφηβο να αισθάνεται μεγαλύτερη ασφάλεια να ξεδιπλώσει τον συναισθηματικό του κόσμο μέσα στο οικογενειακό πλαίσιο.

**Αποφυγή φράσεων τύπου «ρε φίλε», «ρε κολλητέ», «αφού είμαστε φίλοι, μπορείς να μου τα λες όλα» κ.α.** Ο έφηβος έχει ανάγκη από ξεκάθαρους ρόλους χωρίς να υπάρχει ρευστότητα. Οι παραπάνω φράσεις, εκτός του ότι μπερδεύουν το παιδί, υποβαθμίζουν και το ρόλο του γονέα και δημιουργούν την αίσθηση ότι παιδί και γονείς είσαι ίσοι.

**Επιλογή των μαχών.** Υψίστης σημασίας αποτελεί η προτεραιότητα στο τι θα αποτελεί σημείο σύγκρουσης και τι θα μπορούσε να λυθεί με έναν πιο διαλλακτικό τρόπο. Και με αυτό τον τρόπο αποφεύγουμε τις εντάσεις.

**Απαγόρευση στις βρισιές (είτε αφορούν τους γονείς προσωπικά είτε γενικά).**

**Παραχώρηση προσωπικού χρόνου και χώρου στον έφηβο. Μην ψάχνετε τα προσωπικά του αντικείμενα.** Οι έφηβοι έχουν ανάγκη από τον δικό τους αποκλειστικά προσωπικό χώρο τον οποίο οφείλουν οι γονείς να σέβονται και να μην μπαίνουν χωρίς να χτυπήσουν την πόρτα. Επίσης, καλύτερη θα ήταν η ενημέρωση στο παιδί για την ασφαλή πλοήγηση και της διαφύλαξη των προσωπικών στοιχείων του παρά να ψάξουν το κινητό του και να δουν συνομιλίες, φωτογραφίες κ.α. Είναι προτιμότερο να δείξουν εμπιστοσύνη.

**Εμπλοκή του παιδιού σταδιακά στις δουλειές του σπιτιού.** Ένταξη από κοινού με το παιδί σ' ένα πρόγραμμα όπου θα αναλαμβάνει κάποιες από τις δουλειές του σπιτιού. Με αυτόν τον τρόπο εκτός του ότι θα αισθανθεί πιο ενεργό μέλος του οικογενειακού συστήματος θα ενισχυθεί και η αυτονομία του.

**Ορισμός από κοινού (γονείς κι έφηβος) τις ώρες που θα καταναλώνει το παιδί στο διαδίκτυο.** Σύμφωνα με παγκόσμιες έρευνες, η ραγδαία ανάπτυξη της τεχνολογίας κι η διαρκής έκθεση των εφήβων στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης δυστυχώς έχει ως αποτέλεσμα, την αύξηση της εφηβικής κατάθλιψης και της αυτοκτονικότητας. Μέσα από διάλογο με το παιδί, θα ήταν πολύ εποικοδομητικό να βρεθεί μια χρυσή τομή για τις ώρες στο διαδίκτυο και καλό θα ήταν οι ώρες αυτές να τηρούνται αυστηρά, ειδικά τις ημέρες του σχολείου.

**Σύμβουλος γονέων.** Η απεύθυνση για βοήθεια σε έναν ειδικό δεν είναι ένδειξη αδυναμίας, το αντίθετο, είναι μια πολύ καλή ευκαιρία για τον γονέα να εμπιστευτεί τον εαυτό του, να ενισχύσει το γονικό του ρόλο και να δει τις καταστάσεις από μία άλλη οπτική γωνία (Κωνσταντοπούλου, 2021).

## **2.6 Στάδια ανάπτυξης της οικογένειας**

Οι δυτικού τύπου οικογένειες, πριν από τον ερχομό του πρώτου τους παιδιού και μέχρι ως ότου πάει νηπιαγωγείο, βρίσκονται στο πρώτο στάδιο του *σχηματισμού*. Στο στάδιο αυτό, παρατηρούμε την μεταξύ γνωριμία των συντρόφων καθώς και την έντονη τους προσοχή ως προς το πρώτο τους παιδί. Μετέπειτα, κατά το δεύτερο στάδιο, συναντάμε το νήπιο πια ως παιδί του δημοτικού αλλά και τον ερχομό των μικρότερων του αδελφιών και εδώ πλέον έχουμε το δεύτερο στάδιο το οποίο είναι η

*διερεύνηση*. Στο στάδιο αυτό βλέπουμε και την ταυτόχρονη καθημερινή προσπάθεια των γονέων αντιμετώπι με τους επαγγελματικούς τους ρόλους ταυτόχρονα με την έγνοια τους για την σταδιοδρομία των παιδιών τους στο σχολείο.

Το αμέσως μετά στάδιο που συναντούμε, το στάδιο της σταθερότητας, αφορά την εφηβεία του πρώτου παιδιού. Και ενώ υπάρχει κάποια σταθερότητα ως προς τους γονείς και την επαγγελματική/ κοινωνική τους πορεία, η κυριαρχία της ρουτίνας και της συνήθειας δείχνει να φθείρει και να κουράζει την μεταξύ τους σχέση. Ταυτόχρονα σ' αυτό το στάδιο ξεκινά και η αποχή- αδιαφορία των έφηβων πια παιδιών της οικογένειας ως προς τις οικογενειακές δραστηριότητες. Η *συρρίκνωση*, το αμέσως μετά στάδιο, αφορά την ενηλικίωση του πρώτου παιδιού και την εγκατάλειψή του από το σπίτι. Επίσης, στο στάδιο αυτό τα παιδιά ξεκινούν να παίρνουν τις αποφάσεις τους για την ζωή τους. Και το τελευταίο στάδιο ανάπτυξης είναι το στάδιο της *άδειας φωλιάς* κατά το οποίο όλα τα παιδιά έχουν φύγει από το σπίτι και έχουν μείνει πλέον οι γονείς.

Τα πιο πάνω στάδια δεν ισχύουν σίγουρα για όλες τις οικογένειες καθώς υπάρχουν οι οικογένειες οι οποίες δεν έχουν παιδιά ή μπορεί να είναι οικογένειες που προκύπτουν από δεύτερο γάμο καθώς επίσης και θετές οικογένειες αλλά και μονογονεϊκές οικογένειες, αυτές οι οικογένειες έχουν διαφορετικά στάδια εξέλιξης (Γεωργίου, 2012).

## **2.7 Γονεϊκό στυλ**

Το παιδί στην καθημερινότητα του χρειάζεται να «ανήκει» εκτός από την οικογένεια του, και στο σχολείο οπότε μια καλή μεταξύ τους συνεργασία θα ήταν το ιδανικό για όφελος του παιδιού.

Από μέρους της οικογένειας, οι γονείς μπορούν να αναπτύξουν τις δεξιότητες των παιδιών τους μέσα από μαθήματα που αφορούν την καλλιέργεια των ταλέντων τους και των ενδιαφερόντων τους, όπως για παράδειγμα είναι η ζωγραφική, η μουσική, ο χορός κ.λπ.

Έρευνες αναφέρουν πως όσο πιο κοντά νοιώθει το παιδί τους γονείς του κατά την διάρκεια της σχολικής του ηλικίας τόσο θετικά αναπτύσσεται η αυτοεικόνα του (Γεωργίου, 2012).

## **2.8 Γονική ενθάρρυνση ανάπτυξης δεξιοτήτων**

1. Υιοθέτηση καλών κοινωνικών δεξιοτήτων από μικρή ηλικία. Οι κοινωνικές δεξιότητες του παιδιού θα παίζουν σημαντικό ρόλο στην μελλοντική του ευτυχία σε σχέση με τις διανοητικές του δεξιότητες.

2. Ενθάρρυνση και υποστήριξη των φίλων του παιδιού. Συζήτηση μαζί με το παιδί για τους φίλους του αλλά και την δημιουργία ευκαιριών για να παίξει μαζί τους. Οι φίλιες αυτές είναι πολύ πιθανό και ανθρώπινο κάποια στιγμή να πληγούν, αυτό όμως δεν σημαίνει πως πρέπει να είναι και το τέλος τους, οπότε, σε αυτό εδώ το κομμάτι είναι που το παιδί χρειάζεται την στήριξη των γονέων του έτσι ώστε να διαχειριστεί τα θέματα που προκύπτουν.

3. Μοντελοποίηση γονέα: λειτουργεί ως μοντέλο απέναντι στο παιδιού του. Η δική του συμπεριφορά προς το παιδί, αποτελεί μοντέλο για τη δική του συμπεριφορά προς τους άλλους. Προσοχή και αποφυγή της κριτικής στο παιδί σας μπροστά από άλλους ανθρώπους, έστω και αν είναι οι φίλους του. Εάν χρειάζεται να γίνει μια παρέμβαση και να μιλήσετε στο παιδί σας και τους φίλους του για τον τρόπο που συμπεριφέρονται μεταξύ τους, καλό θα ήταν να γίνει με ένα τρόπο διακριτικό έτσι ώστε να ξεπεράσουν τις πιθανές δυσκολίες και να συνεχίζουν να παίζουν μαζί.

4. Διδασκαλία σεβασμού. Μέσα από τη δική του συμπεριφορά διδάσκει το παιδί από μικρή ηλικία να σέβεται τους άλλους. Επαινεί το παιδί όταν οι πράξεις του καταδεικνύουν σεβασμό προς τους άλλους. Μέσα από την σκέψη το παιδί θα διδαχθεί πώς να επιλύει τα προβλήματα με τους συμμαθητές του και ταυτόχρονα απαγόρευση ως προς το παιδί για επίδειξη ασέβειας, σκόπιμα ή μη, σε άλλους ανθρώπους.

5. Ενθάρρυνση έκφρασης των αναγκών του παιδιού χωρίς επιθετικότητα και ασέβεια. Για παράδειγμα αντί να πει «Είσαι κακός!» σε κάποιον ο οποίος του πήρε τη σειρά, μπορεί ωστόσο να πει «Δεν μου αρέσει που μπήκες μπροστά μου με αυτό τον τρόπο».

6. Υποστήριξη του παιδιού αντί να πληγώνεται να «επουλώνει» τις σχέσεις που φθείρονται. Είναι μέρος της ζωής μας οι ανθρώπινες σχέσεις να αντιμετωπίζουν συγκρούσεις και σκαμπανεβάσματα, και τα παιδιά ακόμη μαθαίνουν πώς να διαχειρίζονται τη σύγκρουση. Ο γονέας πρέπει να ενθαρρύνει λοιπόν τα παιδιά αρχικά να προσπαθούν να είναι ψύχραιμα σε τέτοιες περιστάσεις. Πρέπει να τα μάθει μέσα

από τη δική του συμπεριφορά πώς να απολογούνται, χωρίς όμως να μετατρέψουν την απολογία σε τιμωρία. Η ικανότητα της απολογίας αποτελεί μια σημαντική δεξιότητα για τη φιλία. Χρειάζεται όμως προσοχή, καθώς μια απολογία την οποία δεν αισθάνεται ο γονέας και είναι ανώριμη μπορεί να λειτουργήσει αντίθετα και να φέρει αντίθετα αποτελέσματα στις σχέσεις.

Οι γονείς, κάθε στιγμή «διδάσκουν» στο παιδί τους πώς είναι να είναι ευγενικός και αξιοπρεπής άνθρωπος μέσα από το δικό του εαυτό, τη δική του διάθεση, τις δικές του αντιδράσεις, την έκφραση του προσώπου και τις πράξεις του. Τα στοιχεία αυτά είναι σημαντικά αφού επηρεάζουν και καθορίζουν τα παιδιά σε μεγάλο βαθμό, και πιο επικοινωνιακό για κάθε γονιό θα ήταν να τα προσέξει.

Παράλληλα, ο κάθε γονέας θα πρέπει να αποδεχτεί και να κατανοήσει πως το κάθε παιδί έρχεται στον κόσμο με τις δικές του δυνατότητες και αδυναμίες, και αυτές τις δυνατότητες και τις αδυναμίες θα πρέπει να τις αγκαλιάσει και να παραμείνει συνοδοιπόρος δίπλα στο παιδί του, έτσι ώστε να το ενθαρρύνει να αναπτύξει όλο του το δυναμικό και να γίνει κοινωνικά έξυπνο παιδί (Χατζηευτυχίου, 2021).

## **2.9 Οικογένεια στην Κύπρο**

Ως προς την γεωγραφική εγγύτητα, την τηλεφωνική και προσωπική επαφή μεταξύ των μελών της οικογένειας, στην Κύπρο και στην Ελλάδα τα μέλη της οικογένειας επισκέπτονται και τηλεφωνούν πιο συχνά από όλες τις άλλες χώρες τα μέλη της οικογένειας και τους συγγενείς. Στις χώρες με μεσαίο οικονομικό-κοινωνικό επίπεδο, τα μέλη διατηρούν συχνότερη προσωπική και τηλεφωνική επαφή με την οικογένεια και τους συγγενείς σε σύγκριση με τις χώρες που έχουν υψηλό και χαμηλό οικονομικό επίπεδο (Γιώτσα, 2004).

«Δεξιότητες ασφάλειας των παιδιών στο διαδίκτυο, πως μπορούμε να τις μετρήσουμε, πως μπορούμε να τις αναπτύξουμε» είναι μια έρευνα που διεξήγαγε το Τεχνολογικό Πανεπιστήμιο Κύπρου σε δημοτικό σχολείο, συγκεκριμένα στην Δ', Ε' και ΣΤ' τάξη, στην Κύπρο με ερωτηματολόγια που έχουν απαντηθεί από τους γονείς και τους μαθητές του σχολείου αυτού.

Η πρώτη έρευνα ξεκίνησε με το ερώτημα «εάν οι μαθητές ξέρουν να προστατεύσουν τον εαυτό τους στο διαδίκτυο» αλλά και την αντικειμενική μέτρηση

των δεξιοτήτων των παιδιών και η δεύτερη έρευνα είχε ως θέμα την προσπάθεια ανάπτυξης των δεξιοτήτων των παιδιών στο διαδίκτυο μέσω ενός αλληλεπιδραστικού περιβάλλοντος μάθησης.

Τα ερωτηματολόγια, τόσο των γονέων όσο και των παιδιών ήταν τα ίδια για να φανεί σε ποιο βαθμό οι γονείς γνωρίζουν τα παιδιά τους και επίσης σε ποιο βαθμό έχουν μεσολαβητικό ρόλο οι γονείς για να μπορέσουν να βοηθήσουν τα παιδιά τους να αναπτύξουν δεξιότητες ασφάλειας στο διαδίκτυο.

Σε ερωτήσεις που αφορούσαν τεχνικές δεξιότητες απάντησαν πως σε περίπτωση που χρειαστεί γνωρίζουν να αλλάξουν τους κωδικούς στην πλατφόρμα του σχολείου καθώς επίσης ξέρουν πως πρέπει να αντιδράσουν όταν εμφανιστεί μήνυμα από το λογισμικό ασφαλείας του υπολογιστή τους. Όσο αφορά τις γνωστικές δεξιότητες έχουν απαντήσει πως γνωρίζουν ποια προσωπικά τους στοιχεία πρέπει και ποια δεν πρέπει να δώσουν. Ακολούθως, στις ερωτήσεις για την υπεύθυνη συμπεριφορά στο διαδίκτυο, έχουν απαντήσει πως γνωρίζουν πως να συμπεριφερθούν στους ανθρώπους στο διαδίκτυο οι οποίοι θα τους συμπεριφερθούν άσχημα.

Οι τεχνικές διαμεσολάβησης των γονέων όσον αφορά την χρήση του διαδικτύου (μέσα από παραδείγματα από ενεργό διαμεσολαβητή):

- ✓ Συζητούν με τα παιδιά τους για τις δραστηριότητές τους στο διαδίκτυο ενθαρρύνοντάς τους να εξερευνούν και να μαθαίνουν διάφορες διαδικτυακές πληροφορίες από μόνοι τους.
- ✓ Κάνοντας μαζί διάφορες δραστηριότητες.
- ✓ Βοηθώντας τα παιδιά τους σε διαδικτυακές δυσκολίες.
- ✓ Εξηγώντας τους της κατάλληλες και μη διαδικτυακές σελίδες.

Περιοριστική διαμεσολάβηση:

- ✓ Τρόπος οριοθέτηση του παιδιού
- ✓ Οριοθέτηση για τις μέρες και τις ώρες που θα καταναλώνει στο διαδίκτυο
- ✓ Οριοθέτηση χρόνου χρήσης του διαδικτύου
- ✓ Οριοθέτηση για τις ιστοσελίδες που μπορεί να επισκεφθεί και τι συγκεκριμένα απαγορεύεται (π.χ. απαγόρευση στα διαδικτυακά παιχνίδια).

Τεχνική διαμεσολάβησης:

Ενατοποθέτηση ευθύνης σε λογισμικά και αυτόματους τρόπους ελέγχου για φιλτράρισμα και μπλοκάρισμα συγκεκριμένων επικίνδυνων και ακατάλληλων ιστοσελίδων καθώς επίσης και αυτόματη διακοπή του διαδικτύου μετά την λήξει του συγκεκριμένου χρόνου χρήσης.

Τα αποτελέσματα όμως, δεν ήταν τα αναμενόμενα μιας και περίμεναν περισσότερο από το 60% που ήταν ο μέσος όρος της επίδοσής τους. Αυτό το αποτέλεσμα είχε ως πρώτο συμπέρασμα ότι οι μαθητές δυστυχώς δεν κατείχαν δεξιότητες ασφάλειας στο διαδίκτυο σε μεγάλο βαθμό ή τουλάχιστον στον βαθμό που ανέμεναν οι ερευνητές.

Ωστόσο, μεγαλώνοντας τα παιδιά αυξάνονται όχι μόνο οι δεξιότητές τους αλλά και η αυτοπεποίθησή τους. Οι ερευνητές, παρατηρώντας διαφορές ανάμεσα στα κορίτσια και στα αγόρια, πρόσεξαν πως, τα κορίτσια έχουν μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση για τις δεξιότητές τους. Επίσης παρατήρησαν πως η αυτοπεποίθηση των παιδιών είναι υπερτιμημένη των ικανοτήτων τους, όπως δηλαδή και των ενηλίκων, και πιστεύουν για τον εαυτό τους πως μπορούν να καταφέρουν περισσότερα από όσα μπορούν.

Σχετικά τώρα, με το τι νομίζουν οι γονείς ότι ξέρουν τα παιδιά τους, υπάρχει μια συμφωνία. Δηλαδή, η αυτοπεποίθηση των παιδιών για τις γνώσεις που έχουν είναι στον ίδιο υψηλό βαθμό όπως και η αυτοπεποίθηση και των γονέων τους ότι τα παιδιά τους κατέχουν υψηλές δεξιότητες. Αυτό όμως δεν συσχετίζεται με τα στατιστικά για τις πραγματικές δεξιότητες των παιδιών.

Από αυτά τα αποτελέσματα λοιπόν, καταλαβαίνουμε πως, παρά την συχνή χρήση του διαδικτύου και των παρεμβάσεων που είχαν προηγηθεί, δεν επιβεβαιώνεται η υψηλή επίδοση μετά και την αντικειμενική μέτρηση που είχε γίνει. Η συχνή χρήση των ηλεκτρονικών συσκευών αλλά και του διαδικτύου δεν επιβεβαιώνει και την κατοχή δεξιοτήτων ασφάλειας στο διαδίκτυο, οπότε είναι πολύ σημαντική η εκπαιδευτική παρέμβαση τόσο από το σχολείο όσο και από το σπίτι.

Και το πιο πάνω συμπέρασμα μας οδηγεί στην δεύτερη έρευνα η οποία ασχολήθηκε με την ανάπτυξη δεξιοτήτων ασφάλειας των παιδιών στο διαδίκτυο και πιο συγκεκριμένα μέσω ενός αλληλεπιδραστικού περιβάλλοντος μάθησης «Διαδικτυωθείτε έξυπνα» σε τρεις διαστάσεις. Οι τρεις αυτές διαστάσεις αφορούν την Προστασία προσωπικών δεδομένων, την αποφυγή διαδικτυακού εκφοβισμού και την



αποφυγή επιθέσεων από hackers (cyber safety, cyber ethics, cyber security). Το περιβάλλον αυτό αφορά μαθητές ηλικιών 11-12, όμως αυτό δεν είναι απαραίτητο μιας και μπορεί να χρησιμοποιηθεί και από μικρότερους μαθητές, οι οποίοι μπορούν να βοηθηθούν από γονείς και δασκάλους, καθώς επίσης μπορεί να χρησιμοποιηθεί και από μεγαλύτερης ηλικίας παιδιά.

Το πρώτο μέρος αφορούσε διαγνωστικό δοκίμιο σχετικό με τις δεξιότητες ασφάλειας στο διαδίκτυο μέσω συγκεκριμένων σεναρίων ή ερωτήσεων πολλαπλής επιλογής και το δεύτερο μέρος ήταν το εκπαιδευτικό και αφορούσε την προστασία προσωπικών δεδομένων, το διαδικτυακό εκφοβισμό και την επίθεση από hackers. Τα αποτελέσματα των συνεντεύξεων συμφωνούν με τα προσωπικά αποτελέσματα είναι ενθαρρυντικά. Μας δείχνουν ότι αυτό το αλληλεπιδραστικό περιβάλλον μάθησης είναι αποτελεσματικό, παρέχει κίνητρα και θετικές στάσεις στους μαθητές οι οποίοι θέλουν να το χρησιμοποιούν ξανά. Η έρευνα αυτή συνηγορεί υπέρ της χρήσης τέτοιων περιβαλλόντων μάθησης για ανάπτυξη δεξιοτήτων ασφάλειας στο διαδίκτυο (Νικολαΐδου, 2020).

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΤΡΙΤΟ: ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΟΤΗΤΑ

### 3.1 Ο Ορισμός της Δημιουργικότητας

Η δημιουργικότητα αφορά όλους τους ανθρώπους όπου ο καθένας ξεχωριστά και σύμφωνα με τον τρόπο ζωής του μπορεί να γίνει και να πράττει δημιουργικά. Ωστόσο η δημιουργικότητα εκδηλώνεται με την περιέργεια και την φαντασία, συνεπώς η δημιουργικότητα είναι η ικανότητα παρουσίασης ενός νέου προϊόντος ή μιας καινούργια και καινοτόμου ιδέας. Συχνά, αρκετό κόσμο τον καταβάλλει ο φόβος μήπως με την νέα και δημιουργική σκέψη που έχει οι υπόλοιποι τον χλευάσουν. Είναι όμως παρ' όλα αυτά, χαρακτηριστικό της συμπεριφοράς το οποίο έρχεται μέσα από την προσωπικότητα.

Παράλληλα, αυτή η καινούργια ιδέα ή η πρωτότυπη σκέψη πρέπει να βασίζεται στην πραγματικότητα όπου στην συνέχεια θα ακολουθήσει η επεξεργασία αυτής της ιδέας και καταλήγει βγαίνοντας προς τα έξω τελειοποιημένη.

Επίσης, τίποτα δεν είναι τυχαίο ούτε και στην δημιουργικότητα διότι οι δημιουργικοί άνθρωποι φέρουν συγκεκριμένα χαρακτηριστικά. Τυχαίο επίσης δεν είναι ούτε και το γεγονός ότι οι δημιουργικοί άνθρωποι ακολουθούν συγκεκριμένα στάδια έως ότου φτάσουν στην υλοποίηση της ιδέας τους.

Η δημιουργικότητα παρουσιάζεται μέσω ορισμένου τρόπου συμπεριφοράς απέναντι στα προβλήματα. «Η δημιουργία υπάρχει φύσει σε όλα τα άτομα και σε όλες τις ηλικίες, στενά συναρτημένη με το κοινωνικό και πολιτισμικό περιβάλλον» (Ξαnthάκου, Σταύρου, Μπαμπάλη, & Καϊλα 2011).

#### 3.1.1 Χαρακτηριστικά των δημιουργικών ανθρώπων

Τα χαρακτηριστικά των δημιουργικών ατόμων είναι η ανεξαρτησία, ο ενθουσιασμός, η αποφασιστικότητα, η εργατικότητα-σκληρή δουλειά, η αφοσίωση, η υπομονή. Κάποτε περιγράφεται ο δημιουργικός άνθρωπος απαιτητικός, εγωκεντρικός και δεν επηρεάζεται από τον έπαινο ή την κριτική των άλλων.

Διαπιστώθηκε πως το οικογενειακό περιβάλλον επηρεάζει την δημιουργικότητα των παιδιών. Μέσα από την ώθηση για ελευθερία ως προς την λήψη πρωτοβουλιών, λύση προβλημάτων, ανάπτυξη προσωπικής ελευθερίας, πρωτότυπες

ιδέες από το οικογενειακό περιβάλλον για μίμηση. Μέσω αυτών των μεθόδων οι γονείς αναπτύσσουν στα παιδιά τους την δημιουργικότητα. Τις οικογένειες αυτές τις χαρακτηρίζει η ελευθερία της έκφρασης, η έλλειψη κυριαρχίας, η έλλειψη εξάρτησης του ενός γονέα από τον άλλο, η διάθεση για χιούμορ και παιχνίδι (Ματσόπουλος, 2012).

### **3.1.2 Τα στάδια της δημιουργικής διαδικασίας**

Η δημιουργική δραστηριότητα προκύπτει από τις γνώσεις, τις εμπειρίες και ξεκινά από το ενδιαφέρον του κάθε ατόμου. Το δημιουργικό άτομο εκτός από συγκεκριμένα χαρακτηριστικά που το διακατέχουν, είναι αρκετά σημαντικό να ακολουθήσει τέσσερα συγκεκριμένα στάδια τα οποία τον βοηθούν βήμα προς βήμα για να φτάσει στην υλοποίηση της ιδέας του.

Τα 4 αυτά στάδια είναι:

*1<sup>ο</sup> Η προετοιμασία:* Στο στάδιο αυτό εντοπίζουμε το πρόβλημα και με την βοήθεια της φαντασίας επικεντρωνόμαστε στην επίλυσή του.

*2<sup>ο</sup> Η επώαση:* Εδώ λειτουργεί ο συνδυασμός σκέψεων αλήθειας και απόδειξης κάνοντας νέους συνδυασμούς και διασταύρωση πληροφοριών. Λέγεται πως η «επώαση είναι η λήψη ιδεών κατά την διάρκεια της νυχτερινής ανάπαυσης.»

*3<sup>ο</sup> Η έμπνευση:* Το στάδιο στο οποίο βρίσκουμε την/τις λύση/εις του προβλήματος και υπάρχει κυριαρχία έντονων συναισθημάτων όπως χαρά, ενθουσιασμός, και τέλος

*4<sup>ο</sup> Η αξιολόγηση:* Και στο τελευταίο στάδιο πλέον ελέγχουμε κατά πόσο είναι χρήσιμη αυτή η ιδέα/ προϊόν, το οικονομικό κομμάτι και εάν θα υπάρξει ζήτηση.

## **3.2 Δημιουργικότητα στο σχολείο**

Η λύση ενός προβλήματος κρύβεται πίσω από την εξεύρεση του προβλήματος και ακολούθως την εξεύρεση πιθανών λύσεων και την εφαρμογή τους για την κατάληξη στην σωστή λύση. Για νέα και σύγχρονη αγωγή, μιας και οι σημερινοί γονείς είναι πιο μορφωμένοι, μοντέρνοι, ανοιχτόμυαλοι, ανεξάρτητοι, με περισσότερες απαιτήσεις στον τρόπο διαβίωσης και ψυχαγωγίας, θα ακολουθήσουμε συμπεριλαμβάνοντας τις έννοιες «ανατροφή» και «εκπαίδευση».

Από την κύηση ξεκινά η επιρροή στην φυσική και συναισθηματική εξέλιξη του παιδιού λόγω του ότι επηρεάζεται από την φυσική και συναισθηματική κατάσταση της μητέρας του, οπότε καλό θα ήταν να δίνεται αρκετή προσοχή σε αυτό το κομμάτι ούτως ώστε να γεννηθεί ένα παιδί υγιές απ' όλες τις πλευρές. Στα επόμενα χρόνια της παιδικής ηλικίας καλό θα ήταν τα παιδιά να μεγαλώνουν σε υγιές και ευτυχισμένο σχολικό και σπιτικό περιβάλλον γεμάτο από αγάπη, φροντίδα, στήριξη, τρυφερότητα, ασφάλεια και οτιδήποτε άλλο το οποίο θα μπορούσε να προκαλέσει θετικά συναισθήματα στο παιδί. Όλα αυτά προέρχονται κυρίως από το οικογενειακό περιβάλλον αλλά και εν μέρει από το πρώτο σχολείο του παιδιού από το οποίο έχει τις επιρροές του.

Σ' αυτό λοιπόν, το πρώτο στάδιο, ξεκινά και η οριοθέτηση του παιδιού. Όρια τα οποία θέτονται κατόπιν συμφωνίας και συνεργασίας και των δύο γονέων, όπου καλό θα ήταν να εφαρμόζονται και από την ευρύτερη οικογένεια (παππούδες, θείους). Και ως επακόλουθο μέσα από το σχολείο και τα παιδιά οικογενειακών φίλων ξεκινά και η κοινωνικοποίηση των παιδιών. Ωστόσο, καλό για τα παιδιά θα ήταν κατά την ηλικία των 2-3 να ξεκινούσε η φοίτησή τους σε σχολείο στο οποίο εκτός από την κοινωνικοποίησή τους θα μπορούσαν να μάθουν και διάφορες λέξεις καθώς και ρήματα όπως το «μοιράζομαι», «συνεργάζομαι», «φιλία», «σεβασμός». Αυτές τις λέξεις/ρήματα, σαφώς και θα μπορούσε να τις μάθει μέχρι ένα βαθμό και στο σπίτι, όπως επίσης μαζί με τους γονείς μπορεί επίσης να μάθει μέσω παιχνιδιού αριθμούς, γράμματα, νέες λέξεις, χρώματα, επαγγέλματα, γυμναστική αλλά και χορό με αποτέλεσμα την γνωστική και κοινωνική ανάπτυξη του παιδιού.

Στην συγκεκριμένη ηλικία τα παιδιά αναπτύσσουν πολύ γρήγορα λεξιλόγιο και αντίληψη με αποτέλεσμα να ρωτούν συχνά «γιατί», και εδώ καλείται ο γονέας να έχει απεριόριστη υπομονή ούτως ώστε να μπορέσει να δώσει την σωστή και συνάμα ικανοποιητική απάντηση στο παιδί του.

Στην προδημοτική και στο δημοτικό βλέπουμε την φυσιολογική προσκόλληση των παιδιών στους δασκάλους τους, όπου το παιδί έχει τον/την δάσκαλό του ως υποκατάστατο των γονέων του. Οπότε, σ' αυτό το σημείο καλό θα ήταν να ξεκινήσει ο γονέας να συνεργάζεται με το σχολείο ούτως ώστε να υπάρξει αλληλοενημέρωση και

από τις δύο πλευρές σχετικά με τα ταλέντα, δεξιότητες και την σωστή ανάπτυξη του παιδιού (Ψάλτης, 2012).

### **3.3 Δημιουργικότητα στο σπίτι**

Μέσα από το οικογενειακό πλαίσιο υπάρχουν αντίστοιχα τρόποι από τους οποίους το παιδί θα ανακαλύψει τα ταλέντα και τις δεξιότητές του καθώς είναι πολύ σημαντικά κομμάτια στην ζωή του όπου το καθιστούν παραγωγικό και ευτυχισμένο, οπότε καλούνται οι γονείς να:

Γίνουν πρότυπο προς μίμηση για αυτοπεποίθηση: Οι γονείς μπορούν, δείχνοντας με πράξεις, πως οι δυσκολίες και τα προβλήματα της ζωής αντιμετωπίζονται με αισιοδοξία και δουλειά. Παροτρύνοντας τα παιδιά να αποδέχονται το άγχος τους ως φυσιολογικό συναίσθημα το οποίο μετά θα πρέπει σύντομα να προσπεράσουν για να επικεντρωθούν στην θετική τους σκέψη. Ο γονιός γίνεται το καλό παράδειγμα προς μίμηση του παιδιού του. Αυτό γίνεται αρχικά με τον σεβασμό προς τον εαυτό του το οποίο πολύ πιθανόν να αντιγράψει και το παιδί, και αποφυγή της ηττοπάθειας. Με αυτό τον τρόπο το παιδί γίνεται πιο δημιουργικό και δραστήριο.

Μην επηρεαστούν με πιθανά λάθη: Αποτροπή του παιδιού για το αίσθημα της ντροπής για τα λάθη του, του αντιθέτου, πρέπει να μαθαίνει μέσα από αυτά. Αυτοπεποίθηση και φόβος της αποτυχίας δεν πάνε μαζί, οπότε ξεπερνάνε τις αποτυχίες και δεν αφήνουμε καμία αποτυχία να σταθεί εμπόδιο στα όνειρά τους.

Ενθαρρύνουν τα παιδιά σε νέες εμπειρίες: Κάθε παιδί πρέπει να ανακαλύπτει νέες δραστηριότητες, να διαφοροποιείται, να εξερευνά νέους ορίζοντες και να θέτει συνεχώς νέους στόχους, δεν πρέπει ποτέ να σταματά στους υλοποιημένους του στόχους. Η ενθάρρυνση στο παιδί είναι εξίσου πολύ σημαντική οπότε σε κάθε προσπάθεια να πετύχει τον στόχο του ο γονέας πρέπει εκτός από την επιβράβευση να το ενθαρρύνει να συνεχίσει αυτή την καλή προσπάθεια λέγοντας «πολύ καλά τα πήγες, συνέχισε έτσι, πιστεύω σε σένα».

Κατανοήσει ότι είναι δικαίωμά του να αποτύχει: Κάθε αποτυχία είναι αποδεκτή και εκεί είναι που ξεκινά η αρχή της υλοποίησης του επόμενου στόχου.

Επιμένουν στην υλοποίηση των στόχων: Η δεξιότητα της «αντεπίθεσης» βοηθά το παιδί να έχει επιμονή και να μην εγκαταλείπει εύκολα τους στόχους του από την πρώτη αποτυχία/ απογοήτευση.

Αναπτύσσουν τις δεξιότητες του παιδιού: Με αυτό τον τρόπο το παιδί θα μπορέσει να αναπτύξει ένα είδους ταυτότητας η οποία θα είναι απαραίτητη για την απόκτηση ανθεκτικής αυτοεκτίμησης.

Καθορίζουν στόχους: Ωθηση του παιδιού να θέτει ως στόχο τα όνειρα και τις επιθυμίες του και με την βοήθεια των γονιών, όπου είναι εφικτό, υλοποιεί τους στόχους του.

Επιβραβεύουν την προσπάθειά του: Πέραν του αποτελέσματος κάθε προσπάθεια είναι αρκετή για επιβράβευση δίνοντας χαρά στο παιδί με απώτερο σκοπό να μην σταματά ποτέ να προσπαθεί.

Βλέπουν κάθε βοήθεια από το παιδί χρήσιμη: Η αξιοποίηση του χρόνου για τις δουλειές του σπιτιού μαζί με το παιδί αφήνει στο παιδί πολλά θετικά συναισθήματα. Θα νοιώσει πολύ χρήσιμο με αυτό τον τρόπο εφόσον δει και την εκτίμηση από τους γονείς του.

Συνεισφέρουν στην επιτυχία του παιδιού τους: Οι προκλήσεις είναι και για τα παιδιά εξίσου ωφέλιμες διότι μέσα από αυτές θα γνωρίσουν την επιτυχία, ωστόσο οι γονείς καλό θα ήταν να δώσουν στα παιδιά τους τις κατάλληλες ευκαιρίες όπου μέσα από διάφορες δραστηριότητες της ηλικίας του κάθε παιδιού, θα μπορέσουν να φτάσουν στην επιτυχία και επίσης θα πάρει την ώθηση για μεγαλύτερες προκλήσεις.

Αγαπούν τα παιδιά τους άνευ όρων: είναι σημαντικό οι γονείς να κάνουν το παιδί τους να αισθανθεί πως η αγάπη τους για αυτό θα είναι η ίδια άσχετα με τις επιτυχίες και τις επιδόσεις του στο σχολείο, και αυτό πρέπει να ισχύει ακόμη και όταν είναι θυμωμένοι οι γονείς με το παιδί τους. Δίνουν λοιπόν την σιγουριά της αγάπης τους οι γονείς και με αυτό τον τρόπο ενισχύεται η αυτοπεποίθησή του.

Επικοινωνούν με υγιή τρόπο: Καθώς επικοινωνούν/συζητούν οι γονείς με τα παιδιά τους θα πρέπει να δείχνουν την ευχαρίστησή τους ως προς αυτήν τους την συζήτηση και επίσης να εκδηλώνουν την αγάπη τους και με λόγια αλλά και με πράξεις (φιλιά και αγκαλιές).

Αποφεύγουν τη σύγκριση: Ποτέ δεν συγκρίνουμε το παιδί με άλλο παιδί είτε συγγενικό είτε άγνωστο διότι αυτό κατευθείαν θα μειώσει την αυτοεκτίμηση του παιδιού και ίσως επιφέρει αρνητικό κλίμα στο σπίτι, κυρίως ανάμεσα στα αδέρφια. Στήριξη του παιδιού με τις αδυναμίες του.

Σέβονται το δικαίωμα του παιδιού να κάνει τις σκέψεις του και τα βήματά του στην κοινωνία αντί για υπερπροστασία: Η υπερπροστασία δεν συνεισφέρει στην αυτοπεποίθηση του παιδιού, αντιθέτως. Δεν είναι κακό τα παιδιά να έχουν τα στραβοπατήματά τους και τις δυσκολίες τους, κακό είναι να βρίσκεται πίσω από μια βιτρίνα και πάντοτε μπροστά του να είναι ο γονιός του να τον προστατεύει. Παρότρυνση και τόλμη χρειάζεται να εμπλουτίσουν οι γονείς τα παιδιά τους για να ξεπερνούν τον εαυτό τους εάν αυτό είναι εφικτό, χωρίς όμως να ξεπερνούν τα όρια τους ή την ηλικία τους.

Σέβονται την άποψη του παιδιού: Σεβασμός στις απόψεις του παιδιού και δεν επιβάλλουν οι γονείς την δική τους. Αυτό θα έχει ως αποτέλεσμα την ενίσχυση της αυτοπεποίθησης του και ώθηση για έκφραση των απόψεών του και εκτός σπιτιού χωρίς ντροπή ή φόβο για πιθανή απόρριψη (Στύλιος, 2019).

Μοιράζονται τους παιδικούς τους φόβους : Δεν είναι κακό να μοιραστεί ο γονέας με το παιδί του τις δικές του παιδικές φοβίες οι οποίες μπορεί να συμπίπτουν με αυτές του παιδιού. Με αυτό τον τρόπο θα καταλάβει πως η φοβία αυτή είναι εύκολο να ξεπεραστεί εφόσον την ξεπέρασαν και οι γονείς (Μακαρίτη, 2016).

### **3.4 Τρόποι ανάπτυξης της δεξιότητας της επικοινωνίας στα παιδιά**

Στο πλαίσιο του σπιτιού, η επικοινωνία, είναι μια σημαντική δεξιότητα η οποία εάν επιτευχθεί επιτυχώς τότε εξασφαλίζει ο γονέας μια βάση για γερή και μακροχρόνια σχέση με τα παιδιά του. Επίσης σημαντική είναι και η γέφυρα επικοινωνίας παιδιού-γονέα μέσω ανταλλαγής ιδεών, απόψεων και πληροφοριών. Παράλληλα, σύμφωνα με την Γκλιάου (2016), υπάρχουν τρόποι μέσα από τους οποίους μπορεί ο γονέας να καταφέρει το παιδί του να μοιράζεται και να εκφράζεται γι' αυτά τα οποία νιώθει, σκέφτεται και βιώνει.

Δίνοντας αναπόσπαστη προσοχή όταν το παιδί θέλει να μιλήσει.

Σταματά την κάθε ασχολία του ο γονέας εκείνη την ώρα και αν δεν είναι εφικτό, εξηγεί στο παιδί πως πρέπει να τελειώσει με αυτό που κάνει και μετά θα έχει την πλήρη προσοχή του. Στόχος του γονέα είναι να δώσει κίνητρα στο παιδί του να συνεχίσει τη συζήτηση και βοηθώντας το παιδί με ερωτήσεις των οποίων οι απαντήσεις να μην είναι μονολεκτικές <ναι> ή <όχι> .

Καθόμαστε δίπλα στο παιδί μας και όχι επιβλητικά από πάνω του ή από απόσταση.

Κάθεται ο γονέας δίπλα-κοντά στο παιδί του και διατηρεί οπτική επαφή μιλώντας του ήρεμα χωρίς φωνές. Δεν διακόπτεται το παιδί όταν θέλει να μιλήσει και δεν τον φέρνει σε δύσκολη θέση ο γονέας μπροστά σε άλλους (αν τυχόν το παιδί μας ντροπιαστεί μπροστά σε άλλους, τότε ο γονέας θα οδηγηθεί σε προβληματική επικοινωνία με το παιδί του).

Προβληματίζοντας το παιδί να σκεφτεί και να σχεδιάσει την επίλυση του προβλήματος που το απασχολεί.

Καλό θα ήταν να αποφεύγουν οι γονείς να λένε στα παιδιά τους «εγώ ξέρω τι είναι καλό για εσένα» ή «κάνε απλά αυτό που σου λέω και το πρόβλημα θα λυθεί», διότι κάτι ασήμαντο για τον γονέα για το παιδί μπορεί να είναι σημαντικό. Σημαντικό είναι επίσης να καταλαβαίνουμε και να κατανοούμε πώς νιώθει λέγοντας «Καταλαβαίνω ότι είσαι στεναχωρημένος/η» «Πρέπει να νιώθεις πολύ θυμωμένος/η για να μου πεις κάτι τέτοιο». Επίσης οι γονείς θα πρέπει να αποφεύγουν να μιλάνε με το παιδί όταν είναι θυμωμένοι από την συμπεριφορά του, είναι προτιμότερο να ηρεμήσουν και μετά. Σημαντικό επίσης, είναι οι γονείς να μην νοιάζονται τι κάνουν τα άλλα παιδιά ή οι άλλοι γονείς. Να εκμεταλλεύονται την κάθε στιγμή με το παιδί ούτως ώστε οι γονείς να μάθουν όσο το δυνατόν περισσότερο γίνεται τις δραστηριότητες και τα ενδιαφέροντα του παιδιού τους. Επιλογή δραστηριοτήτων που ενισχύουν τις δεξιότητές τους όπως παρακολούθηση ή συμμετοχή αθλημάτων, συζητήσεις γύρω από επίκαιρα θέματα ή και διάβασμα ιστοριών ελάχιστα ανώτερο από το γνωστικό επίπεδο του παιδιού. Συμμετοχή του παιδιού στις οικογενειακές συζητήσεις και γιατί όχι να εκφράσει και την άποψή του ίσως για το καθημερινό πρόγραμμα ή και ακόμη για τις διακοπές. Πρέπει να μιλούν οι γονείς με τα παιδιά, όχι οι γονείς στα παιδιά και να ακούν τι έχουν να τους πουν (Γκλιάου, 2006).



Η κριτική σκέψη στο παιδί, επιπρόσθετα συμβάλλει σημαντικά στην ανάπτυξη του και καλείται ο γονέας να είναι πιο προσεκτικός ως προς το τι παρακολουθεί στην τηλεόραση, ακούει στο ραδιόφωνο, τι διαβάζει σε περιοδικά και βιβλία (και αν διαβάζει στον ελεύθερο του χρόνο). Πρέπει ουσιαστικά οι γονείς να περνούν χρόνο με τα παιδιά τους ξεκινώντας από μικρή ηλικία και να γίνει μια ευχάριστη συνήθεια αυτό, και για το παιδί αλλά και για τους γονείς, ούτως ώστε πηγαίνοντας το παιδί στο γυμνάσιο-λύκειο να υπάρχει ακόμη αυτή η σχέση για αποφυγή της αποξένωσης όπου ο καθένας κάθεται στον χώρο του κλειστός στον εαυτό του. Συνεπώς αυτό θα έφερνε την υποδούλωση του παιδιού-έφηβου από τα κοινωνικά μέσα και είναι κάτι το οποίο κανένας γονέας δεν θα το επιθυμούσε. Οπότε καθώς μεγαλώνει το παιδί, στόχος των γονέων είναι να παραμένουν σταθεροί στις αντιλήψεις και απόψεις τους και να προσπαθεί ο κάθε γονέας να περνά δημιουργικά τον ελεύθερο του χρόνο κουβεντιάζοντας διάφορα θέματα με το παιδί τους, σκέψεις και προβληματισμούς που αφορούν το παιδί όπως επίσης και θέματα ενδιαφέροντος του παιδιού. Να μοιραστούν μικρές ιστορίες και σκέψεις για το πώς πέρασαν την μέρα τους στην δουλειά και στο σχολείο και πως θα επιθυμούσαν να περάσουν ένα όμορφο Σαββατοκύριακο κάπου εκτός του σπιτιού και πώς αυτό το Σαββατοκύριακο θα μπορούσε να εξελιχθεί σε μια επιμορφωτική εκδρομή γνωρίζοντας για παράδειγμα την φύση. Επιλογές στιγμών όπου θα αφήσουν όλες τις ηλικίες της οικογένειας ευχαριστημένες και παράλληλα θα τους κρατούν πιο δεμένους ως οικογένεια, με απώτερο αποτέλεσμα τα παιδιά να γίνουν ενεργοί και χρήσιμοι πολίτες.

Εν κατακλείδι, οι γονείς θα δώσουν το έναυσμα και την ώθηση που χρειάζονται τα παιδιά με απώτερο σκοπό μια πιο υγιή ανάπτυξη των παιδιών κατά την οποία, παρόλο που θα είναι δίπλα στα παιδιά τους να τα στηρίζουν και να τα βοηθήσουν, θα βοηθούσε επίσης να δινόταν μια σχετική «ελευθερία» όπου θα πάρουν τις δικές τους αποφάσεις και μετέπειτα θα κληθούν να αναγνωρίσουν τις δυσκολίες της ζωής και να εκτιμήσουν τους κόπους των δικών τους προσπαθειών για την απόκτηση και την επιτυχία σε αυτά που τους ενδιαφέρουν. Να μπούνε σ' ένα πρόγραμμα άσκησης το οποίο θα τους επιφέρει υγεία και θα τους κρατήσει μακριά από εξαρτησιογόνες ουσίες (ναρκωτικά, κάπνισμα και αλκοόλ) (Ψάλτης, 2012).

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΤΕΤΑΡΤΟ: ΨΥΧΙΚΗ ΑΝΘΕΚΤΙΚΟΤΗΤΑ**

### **4.1 Ο ρόλος των γονέων**

Η οικογένεια διαδραματίζει πρωταρχικό ρόλο στην διαμόρφωση και ανάπτυξη του χαρακτήρα των παιδιών. Είναι εξαιρετικά σημαντική αρχικά η διαμόρφωση των γνωστικών δεξιοτήτων και η προσωπικότητα των παιδιών με τα καθήκοντα που αναθέτουν, τους τρόπους τους οποίους αντιδρούν σε συγκεκριμένες συμπεριφορές, με τις αξίες που προωθούν και τα μοντέλα συμπεριφοράς. Ωστόσο, η συμπεριφορά των παιδιών, επηρεάζεται επίσης και από τους χώρους στους οποίους εκτίθενται κατά την επίσκεψή τους, τα τηλεοπτικά προγράμματα που παρακολουθούν καθώς και τα παιδιά τα οποία συναναστρέφονται στα παιχνίδια. Όλα αυτά έχουν την δύναμη επιρροής των παιδιών ως προς την αρνητική πλευρά της ψυχικής ανθεκτικότητας που τείνει προς τον εκφοβισμό με αποτέλεσμα τα παιδιά να εκφοβίζουν ή να εκφοβίζονται από άλλα παιδιά (Ρεντίφης, 2014).

### **4.2 Ο ρόλος των εκπαιδευτικών**

Ένα αποτελεσματικό σχολείο θα πρέπει να εξασφαλίζει στους μαθητές και τους εκπαιδευτικούς ένα περιβάλλον μάθησης και δημιουργίας κοντά στην καθημερινή πραγματικότητα. Οι εκπαιδευτικοί είναι καλό να δημιουργούν σαφείς και ξεκάθαρους στόχους στη σχολική τάξη και να προωθούν την εκμάθηση κοινωνικών δεξιοτήτων χρήσιμων στη ζωή των μαθητών τους μέσα, για παράδειγμα, από τη συνεργατική μάθηση και τη συμμετοχή τους στη λήψη αποφάσεων που αφορούν τα ίδια και την τάξη ή το σχολείο τους. Επίσης σημαντικό στοιχείο προαγωγής της ψυχικής ανθεκτικότητας είναι η παροχή στήριξης και φροντίδας μέσα από τη θετική αποδοχή και ενθάρρυνση χωρίς όρους, ειδικά σε καταστάσεις αντιξοότητας. Ακόμα και οι πιο «δύσκολοι» μαθητές έχουν θετικά στοιχεία αρκεί να αναγνωριστούν και να ενθαρρυνθεί η αξιοποίησή τους. Αυτό έχει ως βασική προϋπόθεση ότι δίνεται προσοχή σε όλους τους μαθητές και ιδιαίτερα σε αυτούς που δεν συμμετέχουν.

Η ενδυνάμωση των μαθητών με τα στοιχεία εκείνα που θα τους καταστήσουν ικανούς να ανταπεξέρχονται στις υποχρεώσεις τους στο σχολείο αρχικά, αλλά και ως μέλη της κοινωνίας αργότερα, κρίνεται περισσότερο αναγκαία από ποτέ. Η σχολική κοινότητα μπορεί να παίξει σημαντικό ρόλο στην προώθηση λύσεων τόσο για τα παιδιά που αντιμετωπίζουν δυσκολίες ως προς τη σχολική επιτυχία όσο και για τους

εκπαιδευτικούς που βιώνουν μαζί με τους μαθητές τους τις αλλαγές που συμβαίνουν και είναι αποκαρδιωμένοι από την τρέχουσα κατάσταση στα σχολεία (Ματσόπουλος, 2012).

### **4.3. Ψυχική ανθεκτικότητα ορισμός**

Ψυχική ανθεκτικότητα είναι η κατάσταση στην οποία κάποιο άτομο ενώ περνά καταστάσεις δύσκολες κι έντονες με αρνητικά συναισθήματα όπως φόβος, άγχος, θυμός μπορεί να διατηρήσει την λειτουργικότητά του. Η ψυχική ανθεκτικότητα μετριέται στην τραυματική εμπειρία και στην επιτυχημένη προσαρμογή σε νέες καταστάσεις.

Η ψυχική ανθεκτικότητα αποτελεί συνδυασμό γνωστικών και συμπεριφορικών επιλογών που παρέχει το πλαίσιο για να επιβιώσει ο άνθρωπος αλλά και να ανακαλύψει λύσεις όταν προκύπτουν προβλήματα. Επίσης, η ψυχική ανθεκτικότητα εξαρτάται και επηρεάζεται από ατομικούς, οικογενειακούς και κοινωνικούς παράγοντες (Ματσόπουλος, 2012).

#### **4.3.1 Χαρακτηριστικά των παιδιών για ενίσχυση της ψυχικής ανθεκτικότητας**

Τα παιδιά μπορούν να χρησιμοποιούν κάποιες δεξιότητες/ταλέντα τους όπως είναι αντίληψη, νοημοσύνη, ικανότητα επίλυσης προβλημάτων, ενσυναίσθηση, χιούμορ για να μπορέσουν να προστατέψουν τους εαυτούς τους στις δύσκολες τους στιγμές. Ο έλεγχος της συμπεριφοράς αλλά και των αρνητικών συναισθημάτων είναι μια δεξιότητα με την οποία μπορούν τα παιδιά να αντιμετωπίζουν τις δύσκολες τους στιγμές. Ωστόσο, ανακαλύφθηκε σε έρευνα ότι σε χαμηλότερα κοινωνικοοικονομικά στρώματα, οι έφηβοι οι οποίοι μπορούν να καταφέρουν αυτό τον έλεγχο των συναισθημάτων τους αποκτούν την ψυχική ανθεκτικότητά τους η οποία μεταφράζεται σε καλή ψυχική υγεία και συναισθηματική ευημερία, και ως αποτέλεσμα να μπορούν να αντιμετωπίσουν με ευελιξία τον μαθησιακό και κοινωνικό τομέα (Ματσόπουλος, 2012).

### **4.3.2 Τρόποι ενίσχυσης της ψυχικής ανθεκτικότητας των παιδιών από τους γονείς**

Για μια καλή δημιουργική σχέση μεταξύ γονέων και παιδιών αρχικά πολύ αποτελεσματικό θα ήταν όσο περισσότερο γίνεται η αποφυγή συγκρούσεων, στενή σχέση εμπιστοσύνης με τον ένα ή και με τους δύο γονείς αν είναι εφικτό, αγάπη μεταξύ των μελών της οικογένειας (γονείς και αδέρφια), υψηλές προσδοκίες, ζεστασιά, όρια. Επιπρόσθετα το ενδιαφέρον των γονέων για την εκπαίδευση των παιδιών επίσης ενισχύει την ψυχική ανθεκτικότητα. Συνεπώς, η εφαρμογή των πιο πάνω μειώνει την επικινδυνότητα της προβληματικής και αντικοινωνικής συμπεριφοράς των παιδιών.

Πολύ σημαντικό ρόλο έχει τελικά για τους έφηβους όταν τόσο οι γονείς αλλά και οι εκπαιδευτικοί παρέχουν στοργή, φροντίδα, ενθάρρυνση τότε αντιμετωπίζουν με μεγαλύτερη ευκολία τις δυσκολίες και δυναμώνει η ψυχική τους ανθεκτικότητα. Επίσης οι δεοντολογικές γνώσεις, η οριοθέτηση αλλά και ο έπαινος συντελούν στην ενδυνάμωση της ψυχικής υγείας των εφήβων (Ματσόπουλος, 2012).

### **4.4 Κοινωνία, κουλτούρα και Ψυχική Ανθεκτικότητα**

Η κοινωνία και η κουλτούρα στην οποία επιλέγουν οι γονείς να μεγαλώσουν τα παιδιά τους επηρεάζει επίσης την ψυχική τους υγεία, οπότε καλό θα ήταν τα παιδιά να μεγαλώνουν σε κοινωνίες με χαμηλά επίπεδα βίας και υψηλά επίπεδα ασφαλείας, καθαρό αέρα και νερό. Σχολείο καλής ποιότητας καθώς και δραστηριότητες στις οποίες το παιδί θα δραστηριοποιηθεί μόνο του ή και γιατί όχι και με τους γονείς του, συμβάλλουν επίσης αποτελεσματικά. Ωστόσο σημαντικό θα ήταν να υπήρχαν και υπηρεσίες πρώτης ανάγκης όπως νοσηλευτήρια, αστυνομικοί σταθμοί.

Στόχος λοιπόν του γονέα είναι να κατανοεί τα αρνητικά συναισθήματα (θυμό, απόρριψη, λύπη, άγχος, απώλεια) των παιδιών του και να βρίσκει τρόπους έτσι ούτως ώστε να τα βοηθά να τα διαχειρίζονται. Καλό θα ήταν επίσης οι γονείς να προβληματίζονται εάν έχουν οι ίδιοι την αποκλειστική ευθύνη για τα πιο πάνω αρνητικά συναισθήματα.

Ιδιαίτερα σημαντικό επίσης, εκτός από τον έπαινο, είναι και η διαδικασία βοήθειας στην επίλυση των προβλημάτων των παιδιών στην οποία πρέπει οι γονείς να σέβονται την άποψη των παιδιών και από μόνα τους τα παιδιά να μπαίνουν στην

διαδικασία σκέψης και εύρεσης πιθανής λύσης μέσα από την βοήθεια των γονέων τους. Οπότε καλό θα ήταν η υιοθέτηση της ενσυναίσθησης των παιδιών και αποφυγή της υπερπροστασίας τους καθώς και της αυταρχικής συμπεριφοράς από τους γονείς.

Η χαρά και η επίτευξη των στόχων των εφήβων λειτουργεί ως η ανταμοιβή στο καθημερινό τους άγχος και αγωνία, οπότε πολύ σημαντικό θα ήταν η ευαισθητοποίηση των γονέων και των εκπαιδευτικών ως προς την καθημερινή εργασία των παιδιών για να μπορούν να έχουν ελεύθερο χρόνο για ψυχαγωγία και ξεκούραση.

Και τέλος, καλό θα ήταν στα σχολεία αλλά και στην οικογένεια ο εντοπισμός των πιο αδύναμων παιδιών με απώτερο σκοπό την ψυχολογική τους υποστήριξη για αποφυγή κατάληξής τους σε προβληματική συμπεριφορά. Ίσως τελικά η ψυχική ανθεκτικότητα να ήταν καλό να ενταχθεί στο σχολείο αλλά και την οικογένεια ως πρόληψη και αποφυγή προβληματικών συμπεριφορών (Ματσόπουλος, 2012).

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΠΕΜΠΤΟ: Η ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΠΟΙΗΣΗ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΚΑΙ ΤΩΝ ΕΦΗΒΩΝ**

### **5.1. ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΠΟΙΗΣΗ**

#### **5.1.1. Εννοιολογική οριοθέτηση**

Η διαδικασία μέσω της οποίας το άτομο μαθαίνει και εσωτερικεύει διάφορα στοιχεία του πολιτισμού και της κοινωνίας μέσα στην οποία ζει όπου του επιτρέπει να διαμορφώσει τη δική του προσωπικότητα και να ενταχθεί σε διάφορες ομάδες ονομάζεται κοινωνικοποίηση. Η συναναστροφή μας με μικρότερες ομάδες όπως είναι η οικογένειά μας και μεγαλύτερες ομάδες όπως είναι το σχολείο, και γενικότερα η κοινωνία μας, μας μαθαίνει τα πρότυπα συμπεριφοράς, τις αντιλήψεις της ομάδας και γενικά της κοινωνίας και μας εντάσσει μέσα σε αυτήν. Το άτομο δηλαδή, αναπτύσσει ιδιότητες ως μέλος ενός κοινωνικού συνόλου και μαθαίνει τρόπους συμπεριφοράς οι οποίοι να είναι και κοινωνικά αποδεκτοί. Το άτομο ως εκ τούτου, έρχεται σε επαφή με τις αναμενόμενες από αυτό συμπεριφορές και αποκτά αυτοαντίληψη. Αποδέχεται δηλαδή, βασικές κοινωνικές, γενικές αξίες αλλά και μελλοντικούς ρόλους που θα κληθεί να υπηρετήσει μελλοντικά ως ενεργό μέλος του κοινωνικού συνόλου μαθαίνονται κανόνες και αξίες της ζωής της κοινωνικής ομάδας ή της κοινωνικής τάξης στην οποία το άτομο ανήκει και ζει και διαρκεί από τη ζωή μέχρι το θάνατό του.

Ο τρόπος μάλιστα που θα εφαρμόσει κανείς τους κανόνες της κοινωνίας και θα διασφαλίσει τις αξίες της ζωής λέγεται κοινωνική συμπεριφορά. Το άτομο σε ένα πλαίσιο πληρότητας επικοινωνίας και πράξης αλληλοεπιδρά δυναμικά και ενεργητικά με το περιβάλλον του διαμορφώνοντας την εικόνα του Εγώ και την ταυτότητά του κατακτώντας την ικανότητα ανταπόκρισης.

#### **5.1.2. Διαδικασία κοινωνικοποίησης**

Η κοινωνικοποίηση του ατόμου δεν είναι αποτέλεσμα τυποποιημένης μάθησης γι' αυτό και διαφοροποιείται συνεχώς λόγω επιρροών, είναι ωστόσο μια πολύπλοκη διαδικασία που επιτελείται μέσω συγκεκριμένων ψυχοκοινωνικών μηχανισμών. Λέγοντας μάθηση, εννοούμε την απόκτηση συνθηθειών και τρόπων συμπεριφοράς από

το άτομο μέσω της πρόσληψης παραστάσεων από το κοινωνικό περιβάλλον καθώς και την εναρμόνιση της συμπεριφοράς του ανάλογα με αυτές. Ωστόσο, η υιοθέτηση ρόλων και συμπεριφορών είναι που οδηγούν το παιδί στο να αναγνωρίζει τον εαυτό του στους γονείς ή το δάσκαλο, και αποκτά την αίσθηση της ύπαρξης του ατόμου του ως λειτουργικό μέρος του κοινωνικού συνόλου.

Η κοινωνικοποιητική διαδικασία διαφοροποιείται χωροχρονικά ανάλογα με τις συνθήκες και βασίζεται στην αλληλεπίδραση κοινωνίας και μέσω της οποίας οικοδομείται η ατομική και συλλογική ταυτότητα. Είναι ο μετασχηματισμός του ανθρώπου από βιολογικού σε κοινωνικού όντος όπου γίνεται μέσω της δια βίου κοινωνικής αντίδρασης ανάμεσα στην κοινωνία και το άτομο που αποτελεί την κοινωνικοποίηση του.

Άρα, από την μία πλευρά ένας κοινωνικοποιημένος άνθρωπος γίνεται αντιληπτό ότι δέχεται τις επιδράσεις της κοινωνίας και μαθαίνει τρόπους σκέψης και ενέργειας με αυτήν, και από την άλλη πλευρά ως κοινωνικό ον έχει τη δυνατότητα αλληλεπίδρασης και επικοινωνίας με τα υπόλοιπα άτομα. Η κοινωνικοποίηση προϋποθέτει αναπτυγμένη κοινωνικότητα, κοινωνικότητα εννοούμε την ικανότητα να ζει κανείς και να συνεργάζεται αρμονικά με τους υπόλοιπους. Επομένως το άτομο εφαρμόζοντας τους κανόνες και τις αξίες της κοινωνίας διασφαλίζει παράλληλα τις αξίες της ζωής του υιοθετώντας μια κοινωνική συμπεριφορά και είναι σε θέση να ενταχθεί στο κοινωνικό σύνολο.

Κοινωνικοποίηση και κοινωνικότητα είναι δυναμικές διαδικασίες μέσα από τις οποίες ο καθένας είναι ελεύθερος να ενταχθεί ή όχι στο κοινωνικό περιβάλλον με δική του πρωτοβουλία χωρίς την κατάργηση της επιλογής και της ελεύθερης βούλησής του.

Γενικότερα, η πρωτογενής κοινωνικοποίηση η οποία αρχίζει με τη γέννηση και ολοκληρώνεται με την απόκτηση πολιτιστικής ταυτότητας του παιδιού, διακρίνεται στη φάση καλλιέργειας του κοινωνικού στοιχείου και εκείνης της πολιτιστικής ένταξης (Παπαγεωργίου, 2018).

### 5.1.3 Επιρροές κοινωνικοποίησης

Η οικογένεια, ως πρωτογενής φορέας κοινωνικοποίησης χαρακτηρίζεται από αλληλεπιδράσεις όπου υπάρχουν στενές διαπροσωπικές και συναισθηματικές σχέσεις μεταξύ των μελών. Από τη γέννηση κιόλας του παιδιού για όλη του τη ζωή διαμορφώνει σε σημαντικό βαθμό τις αξίες και τις αντιλήψεις που αυτό θα υιοθετήσει μεταφέροντάς του πρότυπα, κανόνες και τρόπους συμπεριφοράς. Ο θεσμός της οικογένειας είναι απαραίτητος για την κοινωνική υπόσταση και ταυτότητα του ανθρώπου καθώς το νέο άτομο δέχεται σημαντικές επιδράσεις από τα πρώτα χρόνια της ζωής του και κατά τη διάρκεια μιας κρίσιμης περιόδου για την ανάπτυξή του. Μέσω της οικογένειας και των πρώτων και σημαντικότερων επιδράσεων που αυτή ασκεί, υποστηρίζεται και διευκολύνεται η ομαλή ένταξη του ατόμου στην κοινωνία.

Μέσα στην οικογένεια το άτομο μαθαίνει ιδέες, γλώσσα, κριτήρια ηθικής αξιολόγησης και τον πολιτισμό ο οποίος του δίνει την ευκαιρία να αλληλοεπιδρά αποτελεσματικά με τα υπόλοιπα μέλη της κοινωνίας. Πολύ σημαντική είναι βεβαίως και η μάθηση ρόλων που του επιτρέπει να προσαρμόζει τη συμπεριφορά του στις προσδοκίες των άλλων. Η μάθηση αυτή γίνεται με το μηχανισμό μίμησης των συμπεριφορών και των χαρακτηριστικών της θέσης και των ρόλων των προτύπων-γονέων. Κάπως έτσι αρχίζει και η προπαρασκευαστική κοινωνικοποίηση σε ποικίλους ρόλους και ιδιαίτερα σε εκείνους του φύλου ήδη από νωρίς (πειραματισμοί στο παιχνίδι με μελλοντικούς ρόλους π.χ. ρόλος μητέρας, πατέρα κ.ά.)

Συγκεκριμένα, ως καθοριστικής σημασίας φορέας κοινωνικοποίησης, η οικογένεια προσπαθεί να μεταδώσει και να μάθει στο παιδί αξίες και που ισχύουν κάθε φορά αλλά και να το προετοιμάσει για την μετέπειτα ανάληψη κοινωνικά καθορισμένων ρόλων και θέσεων στον κοινωνικό ιστό.

Στο πλαίσιο λοιπόν των οικογενειακών σχέσεων το άτομο μαθαίνει τι είναι αποδεκτό και τι όχι, αποκτά την ικανότητα να δημιουργεί σχέσεις, ταυτίζεται με ανθρώπους του περιβάλλοντος με το οποίο συναναστρέφεται καθημερινά και συγκροτεί την προσωπικότητά του ώστε να ενταχθεί στην κοινωνική πραγματικότητα και να αποκτήσει κοινωνική/συλλογική ταυτότητα εκτός από την ατομική. Σε κάθε κοινωνία, η δομή, το μέγεθος και η λειτουργία της οικογένειας αποτελούν



παραμέτρους που οδηγούν σε διαφορετικούς τρόπους συμπεριφοράς. Αν και σήμερα λόγω πολλών διαφοροποιήσεων και αλλαγών του οικογενειακού θεσμού και σχέσεων (διαζύγιο, σύμφωνο συμβίωσης, αυτονόμηση του ατόμου από την οικογένεια, μονογονεϊκές οικογένειες κ.ά.) παρατηρείται μια πιο χαλαρή σύνδεση των μελών από ό,τι παλαιότερα, η οικογένεια συνεχίζει να αποτελεί βασικό τόπο στην κοινωνικοποίηση του παιδιού ασκώντας σημαντικές επιδράσεις στην αφομοίωση κοινωνικών κανόνων, την εσωτερίκευση του προσωπικού και κοινωνικού συστήματος αξιών, προτύπων και τρόπων συμπεριφοράς.

Αξιοσημείωτο είναι το γεγονός ότι η οικογένεια μέχρι σήμερα παραμένει ο βασικότερος φορέας ανάπτυξης του παιδιού καθώς αποτελεί κοινωνικό θεσμό και λειτουργεί ως υποσύστημα του γενικότερου κοινωνικού συστήματος. Η οικογένεια αποτελεί μια ομάδα, της οποίας τα μέλη έχουν κοινές επιδιώξεις, αξίες, συμπεριφορές και υποστηρίζουν κοινώς αποδεκτούς κανόνες και θεσμούς.

Η οικογένεια σήμερα, δίνει ιδιαίτερη βάση στην διαπαιδαγώγηση και κοινωνικοποίηση των παιδιών παράλληλα με την συναισθηματική κάλυψη όλων των μελών της. Όταν μάλιστα το οικογενειακό περιβάλλον λειτουργεί αρμονικά βοηθώντας και στηρίζοντας το παιδί, διευκολύνει με αυτόν τον τρόπο την κοινωνικοποιητική διαδικασία. Η ποιότητα των πρώιμων σχέσεων μεταξύ γονέων και παιδιών επηρεάζει την ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων και την ευκολία της κοινωνικής προσαρμογής του παιδιού.

Με τις επιταγές, τις αξίες, τις συνήθειες και της προσδοκίες της οικογένειας, ενισχύονται ή εμποδίζονται οι κοινωνικές σχέσεις του παιδιού στο σχολείο συνδυαστικά πάντα με δυο βασικές παραμέτρους που παίζουν καθοριστικό ρόλο σε όλα αυτά- τη συνοχή της οικογένειας και την γονεϊκή συμπεριφορά. Καμία φορά, οι δυσκολίες προσαρμογής στο σχολείο αποδίδονται κατά ένα μέρος στο οικογενειακό περιβάλλον που μεγαλώνει το παιδί και ειδικότερα στο χαμηλό κοινωνικοοικονομικό και μορφωτικό επίπεδο των γονέων που επηρεάζει τον τρόπο ενσωμάτωσής του στο σχολικό περιβάλλον.

Η οικογένεια αποτελεί τον πρώτο φορέα κοινωνικοποίησης του παιδιού. Για το λόγο αυτό είναι πολύ σημαντική η επίδραση του γονιού στην κοινωνική ανάπτυξη του

παιδιού. Μέσα από την αγάπη, κτίζεται μια υγιής σχέση ανάμεσα στο παιδί και το γονιό με αποτέλεσμα, το παιδί να μαθαίνει να εκφράζεται και να επικοινωνεί, το οποίο συμβάλλει στην υγιή ανάπτυξη του παιδιού. Αργότερα, αυτή η συμπεριφορά γενικεύεται και σε άλλα πλαίσια ή με άλλα άτομα και έτσι είναι πιο ομαλή η κοινωνικοποίηση του παιδιού. Άρα, μέσω της έμπρακτης αγάπης, της ενθάρρυνσης για παιχνίδι και εμπλοκής σε διάφορες δραστηριότητες, την επιβράβευση και την αποδοχή, το παιδί μπορεί να κοινωνικοποιηθεί πιο εύκολα. Το παιχνίδι έχει άμεση σχέση με την κοινωνική ανάπτυξη του παιδιού και γενικότερα με όλους τους τομείς της ανάπτυξής του. Μέσα από τα παιχνίδια τα παιδιά μαθαίνουν να συνεργάζονται, να παίζουν δίκαια και ισότιμα, να ακολουθούν κανόνες, να κάνουν φίλιες, να διαπραγματεύονται και να επικοινωνούν. Ωστόσο, αποκτούν και αναπτύσσουν κοινωνική επίγνωση και κοινωνική συνείδηση μαθαίνοντας τους κοινωνικούς κανόνες. Δεν είναι τυχαίο που το παιχνίδι χρησιμοποιείται ως μέσο διδασκαλίας και έκφρασης, εφόσον έχει αποδειχτεί ότι ακόμα και τα πιο ντροπαλά παιδιά κοινωνικοποιούνται πιο εύκολα μέσω του παιχνιδιού (Παπαγεωργίου, 2018).

### **5.1.3.1 Ο ρόλος του σχολείου**

Το σχολείο οφείλει να δει με επιμελή και συστηματικό τρόπο την κοινωνικοποίηση ως μια βασική του αποστολή. Βεβαίως, η ίδια η μετάδοση της γνώσης και η αναπαραγωγή του πολιτισμικού πεδίου διαμορφώνουν πλαίσιο κοινωνικοποίησης επαγωγικά ή μη. Ιδιαίτερα τα σχολικά βιβλία ενοποιούν στάσεις και συμπεριφορές και ενσταλάζουν αξίες και πρότυπα με αδιόρατο πολλές φορές αλλά και με πολύ ισχυρό και σχεδόν καταλυτικό τρόπο. Η Διεθνής Έρευνα Σχολικών Βιβλίων έχει δείξει ότι τα σχολικά εγχειρίδια αποτελούν μέσα κοινωνικοποίησης, εμπεριέχουν δηλαδή ιδεολογικά μηνύματα, με στόχο να κοινωνικοποιήσουν τους μαθητές, να τους μάθουν τρόπους ενέργειας, κανόνες κοινωνικής συμπεριφοράς, καθώς και το σύστημα αξιών που θα εξασφαλίσει την προσαρμογή τους στο κοινωνικό περιβάλλον.

Ωστόσο, αυτό δεν είναι αρκετό. Το σχολείο οφείλει να αναπτύξει πλούσια τη δική του σχολική ζωή. Να οργανώνει πολιτιστικές δραστηριότητες, να αναλαμβάνει πρωτοβουλίες κοινωνικού χαρακτήρα. Να καλλιεργεί μια εξωστρέφεια δίνοντας τη δυνατότητα στους μαθητές και στις μαθήτριες να γνωρίζουν βιωματικά τον τόπο τους, την μικρο-κοινωνία τους, τους παραγωγικούς τομείς κλπ. Το σχολείο δεν είναι ο

μοναδικός θεσμός κοινωνικοποίησης των νέων, είναι όμως ο πιο συστηματικός, ο πιο διαπαιδαγωγικός και ο πιο μορφωτικός προς τούτο θεσμός. Και αυτή η συνολική παιδαγωγική του ευθύνη είναι εξ ολοκλήρου αμεταβίβαστη (Μάστορα, 2009).

### **5.1.3.2 Ο ρόλος της οικογένειας στην κοινωνικοποίηση των παιδιών και των εφήβων**

Η πρωτογενής κοινωνικοποίηση εκτυλίσσεται αποκλειστικά μέσα στην οικογένεια, επομένως:

- Οι γονείς ως παράδειγμα μίμησης των παιδιών τους οφείλουν να είναι έτοιμοι να απολογηθούν όταν η συμπεριφορά τους δεν είναι συνεπής με τις αξίες και τις ιδέες αναφορικά με την αγάπη και την ειρηνική συμπεριφορά.
- Καλό είναι να εκμεταλλεύονται τις στιγμές που είναι κατάλληλες για διδασκαλία, π.χ., κατά την παρακολούθηση τηλεόρασης ή μιας ταινίας ή ενός παιχνιδιού, ή κατά τη διάρκεια μιας οικογενειακής σύγκρουσης.
- Να αναζητούν ευκαιρίες ούτως ώστε να καταδειχθεί ο σεβασμός για ανθρώπους με ιδιαιτερότητες, όπως άνθρωποι με φυσικές, διανοητικές ή συναισθηματικές προκλήσεις, από διαφορετικές πολιτισμικές ή θρησκευτικές παραδόσεις, ανθρώπους που μιλούν μια διαφορετική γλώσσα, ή που έχουν διαφορετικά οικογενειακά έθιμα.
- Μα προσέχουν τη δύναμη των λέξεων και τη χρήση της γλώσσας. Έχει μεγάλη σημασία το πώς εκφράζονται τα πράγματα. Χρησιμοποιώντας χυδαία, ρατσιστική ή αμφιλεγόμενη γλώσσα στέλνει ένα μήνυμα στα παιδιά για τις αξίες των γονέων.
- Να εκμεταλλεύονται τις ευκαιρίες που θα προσφερθούν στα παιδιά για να διδαχθούν τη συμπόνια και την αίσθηση της ευθύνης για τους άλλους, παρατηρώντας το πώς οι γονείς τους δείχνουν συμπόνια και αίσθημα ευθύνης απέναντι στους άλλους.

Ο έφηβος βάζει τους φίλους του πάνω από την οικογένεια του διότι για αυτόν η φιλία είναι πολύ σημαντική στη ζωή του. Οι στενές σχέσεις με τους συνομήλικούς του τον βοηθούν να εξερευνήσει τον εαυτό του και τον κόσμο γύρω του,

επηρεάζουν την κοινωνική και συναισθηματική του ανάπτυξη και παράλληλα βοηθούν στην ανεξαρτητοποίηση του.

Σχέσεις με άτομα περίπου της ίδιας ηλικίας και του ίδιου φύλου βοηθούν ώστε να μπορέσει στη συνέχεια να αναπτύξει στενές σχέσεις με το αντίθετο φύλο.

Η απομάκρυνσή του από την οικογένεια συνήθως αγχώνει τους γονείς διότι νιώθουν ότι μπορεί να χάνουν τον έλεγχο, οπότε καλό θα ήταν οι γονείς να γνωρίζουν τους φίλους του παιδιού τους και να επικοινωνούν μαζί τους και επίσης να ενθαρρύνουν τον έφηβο να προσκαλεί τους φίλους του στο σπίτι τους.

Θεσμοθέτηση ορίων στον χρόνο και τις ημέρες που θα βρίσκεται με τους φίλους του μιας και ο έφηβος κάποτε δυσκολεύεται να σχηματίσει μια αντικειμενική γνώμη για τους φίλους του και δεν είναι εύκολο να επηρεάσεις το παιδί σου για να απομακρυνθεί από κάποιον που εσύ ως γονιός θεωρείς αρνητική επιρροή.

Είναι επικερδές όταν οι γονείς είναι φίλοι με τα παιδιά τους ή γονείς με μια καλή σχέση και επικοινωνία; Οι έφηβοι έχουν ήδη διαλέξει τους φίλους για το επόμενο διάστημα οπότε χρειάζονται να νιώσουν ότι οι γονείς τους είναι εκεί για να τους προσφέρουν στήριξη, κατανόηση, ασφάλεια και ενθάρρυνση. Οι γονείς είναι αναγκαίο να κατανοήσουν ότι ο έφηβος στη διαδικασία της ανεξαρτητοποίησης του θα δοκιμάσει τα όρια τους, θα τους απομυθοποιήσει και θα συγκρουστεί μαζί τους, για να μπορέσει να πάρει απόσταση και να δημιουργήσει νέες σχέσεις.

Συχνό φαινόμενο είναι η «καλωδίωση» του εφήβου με το κινητό του τηλέφωνο, το τάμπλετ, τον υπολογιστή ή το ηλεκτρονικό παιχνίδι τα οποία αποτελούν το επίκεντρο της κοινωνικής ζωής του και αυτή η επικοινωνία τους είναι πλέον απαραίτητη. Από την άλλη πλευρά, αυτή η εφηβική «καλωδίωση» για τους γονείς, είναι ανησυχητική διότι γίνεται αυξημένη χρήση είτε κατά το διάβασμα, είτε την ώρα του φαγητού. Θα ήταν πιο υγιές για την προστασία των παιδιών από τους κινδύνους των κινητών, ηλεκτρονικών παιχνιδιών και διαδικτύου να τεθούν όρια και συμφωνίες μαζί με τον έφηβο, ανάλογα με την ηλικία του, πριν καν αγοράσουν το κινητό, το τάμπλετ ή τον υπολογιστή.

Συζήτηση μεταξύ γονέα και εφήβου για τους κινδύνους του διαδικτύου και πώς να χρησιμοποιηθεί με ασφάλεια:

- Μοντελοποίηση γονέα.
- Εγκατάσταση προγράμματος και εργαλείων γονικού ελέγχου.

- Εφαρμογή ορίων στον χρόνο επικοινωνίας.
- Όριο στον χρόνο διασκέδασης.
- Απαγόρευση στην δημοσιοποίηση προσωπικών στοιχείων.
- Απαγόρευση στην επικοινωνία με αγνώστους.
- Κατά τη διάρκεια κάποιας επικοινωνίας, αν νιώσει άβολα ή απειληθεί να ζητήσει αμέσως βοήθεια του γονιού του (Στρούθος, 2021).

### **5.1.3.2.1 Προσέγγιση για τη σεξουαλική ωρίμανση του έφηβου παιδιού για μια υγιή σεξουαλική ζωή**

Υγιή αποτελέσματα θα είχε για την σεξουαλική ωρίμανση των εφήβων η σεξουαλική αγωγή εάν ξεκινούσε από μικρή ηλικία από τους γονείς διότι η έλλειψη πληροφόρησης ή η παραπληροφόρηση από άλλα άτομα ή από το διαδίκτυο μπορεί να οδηγήσει σε έντονο άγχος ή άλλα συναισθηματικά προβλήματα. Είναι πολύ σημαντικό η πληροφόρηση να προέρχεται από τον γονιό του αντίστοιχου φύλου, όταν αυτό είναι εφικτό. Εάν δεν ενημερωθήκαν τα παιδιά μέχρι την εφηβεία θα ήταν πιο σωστό να γίνει άμεσα, με ειλικρίνεια και χωρίς υπεκφυγές. Η πληροφόρηση προσφέρει προστασία και πρόληψη.

Κακές συνήθειες όπως το ποτό και το κάπνισμα κεντρίζουν το ενδιαφέρον αλλά και την περιέργεια του έφηβου με αποτέλεσμα να θέλει να πειραματιστεί και να ζησει έντονες στιγμές, να νιώσει ότι ανήκει σε μια ομάδα αλλά και να νιώσει και να δείξει πιο μεγάλος. Το ποτό σε κάποιους φέρνει κέφι και σε άλλους λειτουργεί ως χαλαρωτικό έτσι και ο έφηβος το χρησιμοποιεί ως τρόπο κοινωνικοποίησης.

Η υπερβολική κατανάλωση αλκοόλ συνδέεται ταυτόχρονα και με διάφορους κίνδυνους και ο μεθυσμένος έφηβος γίνεται αυτόματα ευάλωτος και επικίνδυνος. Στην περίπτωση λοιπόν που καταλάβει ο γονέας ότι το παιδί του καταναλώνει αλκοόλ κατευθείαν του μιλάει. Προσπαθεί να καταλάβει πόσο σοβαρό είναι το θέμα, και για ποιους λόγους πίνει. Στην συνέχεια αυξάνεται η επιτήρηση, προσπάθεια για ελαχιστοποίηση των ευκαιριών κατανάλωσης εντός και εκτός οικίας, και προσπάθεια του γονέα για να τον κατευθύνει, όσο αυτό είναι δυνατόν, σε πιο θετικές παρέες καθώς και δραστηριότητες. Αν αυτή η προσπάθεια δεν έχει αποτέλεσμα, τότε ο γονέας θα πρέπει να απευθυνθεί σε ειδικό.

Άλλος τρόπος με τον οποίο ο έφηβος πιστεύει πως κοινωνικοποιείται είναι το κάπνισμα, και εάν ο γονέας υποψιαστεί την κατάχρηση αυτή με την πρόληψη που είναι ο πιο σημαντικός παράγοντας μπορεί να βοηθήσει το παιδί του. Επικοινωνούμε και ενημερώνουμε το παιδί από μικρή ηλικία για τις κοινωνικές συνέπειες του καπνίσματος και τις βλαβερές επιπτώσεις στην υγεία και αν οι γονείς θέλουν να πείσουν το παιδί τους και να λειτουργήσουμε ως θετικά πρότυπα τότε αποφεύγουν και οι ίδιοι το κάπνισμα. Προετοιμασία του παιδιού ακόμη και για τη στιγμή που θα του προσφέρουν τσιγάρο και πώς να το αντιμετωπίσει. Αν οι ίδιοι οι γονείς είναι καπνιστές προσπαθούν να το κόψουν και αν δεν μπορούν τότε μιλάνε στο παιδί τους με ειλικρίνεια για την δική τους εξάρτηση στο κάπνισμα. Εξηγούν επίσης, πως, στην κοινωνική ομάδα των ενηλίκων, σε χώρους εστίασης και φιλοξενίας, αλλά και στον εργασιακό χώρο το κάπνισμα θεωρείται πλέον μια μειονεκτική έως και αντικοινωνική εξάρτηση. Παράλληλα, ενημερώνει ο γονέας το παιδί του πως το κάπνισμα δεν είναι μαγκιά και πως δεν είναι υποχρεωμένοι να του αγοράζουν τσιγάρα ή να ανέχονται το κάπνισμα μέσα στο σπίτι.

Τα εκκεντρικά κουρέματα, τατουάζ και τα τρυπήματα (body piercing) είναι ένας άλλος τρόπος με τον οποίο ο έφηβος προσπαθεί, εκτός από το να κοινωνικοποιηθεί, να αναδείξει την δική του ξεχωριστή προσωπικότητα, να κάνει την επανάστασή του, αλλά ταυτόχρονα να ανήκει και σε κάποια ομάδα. Ως συνήθως τις περισσότερες φορές, όπως περνάει μια μόδα, έτσι περνάει και η ανάγκη του έφηβου να επιβάλει το στίγμα του. Οπότε όταν έρθει η στιγμή αυτής της ανακοίνωσης για την επιθυμία του παιδιού να κάνει αυτή την αλλαγή ο γονέας κρατά την ψυχραιμία του, δεν αντιδρά με φωνές διότι είναι πιθανόν να το κάνει κρυφά και να το μάθει εκ των υστέρων μετά από χρόνια. Η συζήτηση είναι η καλύτερη σύμβουλος, συζητώντας λοιπόν μαζί του τους λόγους για τους οποίους θέλει να το κάνει και τι θέλει να εκφράσει, καθώς και τη μονιμότητα της επιλογής του θα ακολουθήσουν καλύτερα αποτελέσματα καθώς και θετικές εξελίξεις προς αυτό (Στρούθος, 2021).

## 5.1.4 Στάδια κοινωνικοποίησης των παιδιών

### 5.1.4.1 Δραστηριότητες γονέων με παιδιά

#### 5.1.4.1.1 Παιδική ηλικία

- ✚ Κοινές δραστηριότητες γονέων και παιδιών όπως το περπάτημα, κολύμπι, χορός, παιχνίδια, χαμόγελα, τραγούδια.
- ✚ Δραστηριότητες στην φύση.
- ✚ Ασφαλείς χώρους παιχνιδιού για δημιουργία και εξερεύνηση του παιδιού ως προς τις φυσικές του δυνατότητες.
- ✚ Εφαρμογή ορίων στην παρακολούθηση τηλεόρασης και ηλεκτρονικών παιχνιδιών.
- ✚ Ένταξη ωρών στο καθημερινό πρόγραμμα για φυσικές δραστηριότητες και παιχνίδι σε κλειστούς και υπαίθριους χώρους.
- ✚ Η συμμετοχή των παιδιών σε οργανωμένες δραστηριότητες πρέπει να είναι διασκέδαση, οπότε οφείλει ο γονέας να παρακολουθεί και να ενημερώνεται, και στην περίπτωση που δει ασέβεια ή έκθεση του παιδιού σε κίνδυνο να παρέμβει αμέσως (Μάστορα, 2009).
- ✚ Επιβράβευση του παιδιού για την κοινωνικότητα του.
- ✚ Ενθάρρυνση του παιδιού να παίρνει ρίσκα ακόμα και αν υπάρχει η πιθανότητα να αποτύχει.
- ✚ Θετική στάση των γονέων απέναντι στο παιχνίδι αναγνωρίζοντάς το ως ποιοτικός χρόνος.
- ✚ Αποτροπή ή πίεση του παιδιού να κάνει κάτι που δεν θέλει, ή που δεν νιώθει άνετα με στόχο να το βοηθήσετε, γιατί αυτό έχει αντίθετα αποτελέσματα. Το κάθε παιδί χρειάζεται το δικό του χρόνο για να νιώσει καλά.
- ✚ Επιλέγει το παιδί για αυτό και όχι ο γονέας διότι το παιδί μπορεί να μην επιθυμεί τη συγκεκριμένη δραστηριότητα έστω και αν είναι καλή.
- ✚ Η υπερπροστασία βλάπτει, αυτό δεν βοηθά το παιδί να αυτονομηθεί, να παίξει και να κοινωνικοποιηθεί. Αφήστε το παιδί να πέσει κάτω, να είναι πιο ελεύθερο, να χτυπήσει και να μάθει να σηκώνεται (Τρύφωνος, 2021).

- ✚ Βόλτα με το αυτοκίνητο, εκδρομή ή ταξίδι, σαν ευκαιρία για πληροφόρηση. Επισκεφθείτε μαζί πάρκα, φίλους ή συγγενείς και στο τέλος της ημέρας συζητήστε για ό,τι κάνετε.
- ✚ Χρόνο παιχνιδιού μαζί με το παιδί, όλοι έχουν ανάγκη από παιχνίδι.
- ✚ Αποφυγή: αρνητικών χαρακτηρισμών δηλαδή «ταμπέλες» για το παιδί, σύγκριση του παιδιού με άλλα παιδιά, θα έχει αρνητικό αντίκτυπο στην κοινωνικοποίηση του. Καλό θα ήταν όταν το ίδιο το παιδί ταμπελώνει τον εαυτό του, να το σταματάτε και να το συζητάτε.
- ✚ Βοηθούμε τα παιδιά μας να αποδέχονται την ήττα στο παιχνίδι (Χατζηπαναγής, 2022).

#### **5.1.4.1.2 Παιχνίδι**

Η πιο φυσιολογική δραστηριότητα που κάνουν τα παιδιά και είναι ουσιαστικής σημασίας για την παιδική, προσχολική και δημοτική εκπαίδευση. Το παιχνίδι είναι η ανθρώπινη ανάπτυξη/ έκφραση στην παιδική ηλικία, γιατί αποτελεί την ελεύθερη έκφραση του τι βρίσκεται στην ψυχή του παιδιού. Είναι το πιο αγνό και το πιο πνευματικό προϊόν του παιδιού, και ταυτόχρονα είναι μια μορφή και ένα αντίγραφο της ανθρώπινης ζωής σε όλα τα στάδια και σε όλες τις σχέσεις.

Μερικά είδη παιχνιδιού είναι:

- ♥ Κοινωνικο-δραματικό παιχνίδι, κατά τη διάρκεια του οποίου τα παιδιά υποδύονται ρόλους, συμβολικό παιχνίδι, που συνήθως το παιδί αναπαριστά ένα αντικείμενο, για παράδειγμα κρατάει ένα ξύλο και προσποιείται ότι είναι μια μαγική σκούπα που πετά.

- ♥ Πειραματικό παιχνίδι όπου το παιδί πειραματίζεται και εξερευνά τον κόσμο.

- ♥ Οικοδομικό παιχνίδι με οικοδομικό υλικό που μέσα από αυτό αντιλαμβάνεται τις έννοιες του χώρου, των σχημάτων, μεγεθών κ.λπ.

- ♥ Κινητικό παιχνίδι που προϋποθέτει κίνηση. Τα παιδιά έχουν ανάγκη για κίνηση και εκτόνωση για να ασκήσουν παράλληλα τις αδρές κινητικές τους δεξιότητες.



♥ Παιχνίδι με κανόνες, περιλαμβάνει τα διάφορα αθλήματα, αλλά και τα επιτραπέζια ή άλλα παιχνίδια, που προϋποθέτουν κανόνες.

♥ Ομαδικό – συνεργατικό παιχνίδι που απαιτεί συνεργασία για επίτευξη ενός κοινού στόχου.

#### **5.1.4.1.2.1 Δίκαιο παιχνίδι και σεβασμό στους κανόνες**

Η δίκαιη συμπεριφορά των παιδιών, από μικρά, μαθαίνεται μέσα από την εκμάθηση και τον σεβασμό στους κανόνες, επίσης η δίκαιη συμπεριφορά μπορεί να γίνει παρακολουθώντας και μαθαίνοντας από τους ενήλικες, τις οικογένειες, τα μεγαλύτερα αδέρφια αλλά και από την κοινωνία. Πρέπει πάντα να θυμόμαστε πως η δίκαιη συμπεριφορά στο παιχνίδι διδάσκεται, δεν είναι έμφυτη. Το δίκαιο παιχνίδι χρειάζεται διαδικασία. Έρευνες έχουν αποδείξει πως υπάρχει ανησυχία σχετικά με ανταγωνιστικές αθλητικές δραστηριότητες οι οποίες είναι συνένοχες σε εξαπάτηση, καταχρήσεις, επιθετικότητα.

Τρόποι με τους οποίους το δίκαιο παιχνίδι μπορεί να διδαχθεί, να ενισχυθεί και να επιβληθεί:

- Την αρχή την κάνει ο γονέας δείχνοντας σεβασμό προς τους υπόλοιπους ανθρώπους και μετέπειτα ζητά το ίδιο και από το παιδί, με αποτέλεσμα, σ' ένα παιχνίδι εννοείται ο σεβασμός προς τον προπονητή, συμπαίκτης, ακροατήριο, αντιπάλους κλπ.
- Σε κάθε δραστηριότητα και παιχνίδι συμπεριφερόμαστε με διακριτικότητα, είτε νικήσουμε είτε χάσουμε παραμένουμε συγκρατημένοι.
- Κατανόηση και σεβασμός των κανόνων από το παιδί.
- Αποδοχή από το παιδί αλλά και τους γονείς προς όλους τους ανθρώπους ανεξαρτήτως ηλικίας, πολιτισμού, φύλου, επιπέδου ικανότητας για ένα πιο δίκαιο πολυπολιτισμικό παιχνίδι.
- Θα ήταν εποικοδομητικό εάν έπειθε ο γονέας το παιδί του πως πάντα θα πρέπει να απολαμβάνει και να διασκεδάζει μέσα από τις δραστηριότητες και τα αθλήματα και ταυτόχρονα βελτιώνοντας και τις δεξιότητες του με αυτό τον τρόπο, με αποτέλεσμα να μην αναδεικνύεται πάντα η επιθυμία του για την νίκη.

- Επίσης ο γονέας, διευκρινίζει τις αξίες σχετικά με κατάλληλες και ακατάλληλες συμπεριφορές που μπορεί να δουν σε ένα παιχνίδι αλλά και στην τηλεόραση.
- Απόρριψη συμπεριφορών που οδηγούν σε αδικία έστω κι αν αυτές προέρχονται από τον δάσκαλο, προπονητή, άλλους γονείς, θεατές (Ηρακλέους, 2022).

#### **5.1.4.1.3 Εφηβική ηλικία**

Η εφηβεία είναι μια ηλικιακή περίοδος που αρχίζει με το τέλος της παιδικής ηλικίας, 10 – 11 χρονών στα κορίτσια όπου ολοκληρώνεται στα 15-17 και 11-12 χρονών στα αγόρια όπου διαρκεί έως περίπου στα 16-17 χρόνια.

Η εφηβεία είναι το στάδιο «μεταμόρφωσης» από παιδί σε ενήλικα. Πολλοί γονείς βιώνουν έντονη ανησυχία για το πότε θα φτάσει η στιγμή που τα παιδιά τους θα μπου στην εφηβεία. Την περιμένουν κάπως σαν αρρώστια που θα κάνει τον κύκλο της.

Δεν είναι όμως απαραίτητο η εφηβεία να είναι μια ταραχώδης και προβληματική περίοδος για τους γονείς και για τα παιδιά, αλλά ακόμη και αν είναι μια περίοδος με αναταράξεις, για τους περισσότερους γονείς είναι η ευκαιρία να προσδιορίσουν διαφορετικές σχέσεις με τα παιδιά τους που βρίσκονται στο δρόμο προς την ενηλικίωση.

Κατά τη διάρκεια αυτής της μετάβασης συμβαίνουν διάφορες βιολογικές, σωματικές και ψυχολογικές αλλαγές, οι οποίες επηρεάζουν το πώς ο έφηβος

- αισθάνεται
- βλέπει τον εαυτό του και το σώμα του και πόσο εκτιμά τον εαυτό του
- αλλάζει ενδιαφέροντα, απόψεις και ιδέες
- συμπεριφέρεται γενικά
- συμπεριφέρεται προς τους άλλους
- σκέφτεται το μέλλον του
- πώς οι άλλοι αντιμετωπίζουν τον έφηβο

Ο έφηβος βιώνει μια αντίφαση, μία σύγχυση. Από τη μια θέλει να μεγαλώσει, να ανεξαρτητοποιηθεί και από την άλλη αυτή η μετάβαση τον φοβίζει και θέλει να παραμείνει παιδί.

Απώτερος σκοπός αυτών των διεργασιών, του πειραματισμού και του προσωπικού ψαξίματος είναι να βρει ο έφηβος μια ταυτότητα με την οποία θα είναι ο ίδιος ικανοποιημένος και θα τροφοδοτείται από τα θετικά σχόλια τρίτων.

Όταν αυτές οι αλλαγές είναι ακραίες και επηρεάζουν τη λειτουργικότητά του εφήβου, όταν παρατηρούνται αυτοκαταστροφικές συμπεριφορές, παρατεταμένη θλίψη ή όταν ο έφηβος αναφέρει αυτοκτονικό ιδεασμό, τότε ο γονιός θα πρέπει να απευθυνθεί σε ειδικό ψυχικής υγείας διότι αυτές οι αλλαγές μπορεί να κρύβουν από πίσω τους κάποια παιδοψυχιατρική διαταραχή (Χατζηπαναγής, 2022).

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΕΚΤΟ: Συζήτηση-Συμπεράσματα**

### **6.1. Συζήτηση-Συμπεράσματα-Προτάσεις**

Είναι φανερό, μέσα και από έρευνες, πως, καθώς τα παιδιά μεγαλώνουν, όλο και δυσκολεύει το έργο των γονέων και η εφηβεία είναι μια από τις δυσκολότερες ηλικίες που έχει να αντιμετωπίσει. Μέσα από την ανασκόπηση της βιβλιογραφίας, φαίνεται πως η κοινωνικοποίηση καθώς και η δημιουργικότητα μέσω κάποιων πάρα πολύ μικρών αλλά, συνάμα και τόσο σημαντικών, λεπτομερειών που αφορούν την καθημερινότητά μας, βοηθούν πολύ στην θετική διαμόρφωση του χαρακτήρα του παιδιού και είναι τόσο σημαντικά τα αποτελέσματα μετά στα παιδιά και τους εφήβους που αξίζει κάθε κόπο και θυσία που θα κάνει ο γονέας.

Γιατί μέσα από την κοινωνικοποίηση και την δημιουργικότητα μπορούν να γίνουν πολλά και ενδιαφέροντα για την σωστή και υγιή ανάπτυξη των παιδιών. Συμπερασματικά, πολλές από τις συμπεριφορές των παιδιών είναι αποτέλεσμα του οικογενειακού τους περιβάλλοντος. Επομένως, από μεριάς των γονέων, μέσα από δουλειά και προσήλωση, αφιερώνοντας χρόνο στα παιδιά, μπορούν μέσα από απλές και δημιουργικές δεξιότητες να τους ενισχύσουν την αυτοπεποίθηση και την ψυχική τους ανθεκτικότητα βοηθώντας τα παιδιά τους να κοινωνικοποιηθούν παράλληλα. Για να πετύχει αυτό πιστεύω πως οφείλει ο κάθε άνθρωπος που αποφασίζει να γίνει γονέας εκτός από τον εαυτό του να φροντίζει και το παιδί χωρίς υπερπροστατευτικούς τρόπους.

### **6.2 Προτάσεις**

Θα ήταν ίσως πολύ ενδιαφέρον να δινόντουσαν κάποια τεστ σε παιδιά για την δημιουργικότητα και μέσα από αυτά να κατανοούσαμε κατά πόσον τα παιδιά είναι και σκέφτονται δημιουργικά. Αυτό θα το αντλούσαμε μέσα από πιθανές ερωτήσεις που αρχικά θα αφορούσαν αν γνωρίζουν τι είναι η δημιουργικότητα και τι αφορά, μετέπειτα ίσως θα ήταν ενδιαφέρον να μας έδιναν και παραδείγματα για την δημιουργικότητα.

Και κάποιες πιθανόν ερωτήσεις:

- Πόσο δημιουργικοί είναι;
- Τι αλλάζουν στην καθημερινότητά τους για να την περνούν δημιουργικά;
- Πώς θα περνούσαν δημιουργικά το Σαββατοκύριακο;

- Πώς θα περνούσαν δημιουργικά το απόγευμα μετά το σχολείο;
- Τι σημαίνει δημιουργικό παιχνίδι;
- Πώς γίνεται δημιουργικό το παιχνίδι;
- Οι φίλοι τους λειτουργούν δημιουργικά;
- Πώς οργανώνει το δωμάτιό του/της;

Και επιπρόσθετα, να δίνονταν ερωτηματολόγια και στους γονείς για να μελετούσαμε κατά πόσον γνωρίζουν αρχικά τις έννοιες δημιουργικότητα και κοινωνικοποίηση και μετέπειτα να ερευνήσουμε εάν λειτουργούν δημιουργικά στο οικογενειακό πλαίσιο και σε ποιο βαθμό, με ποιους τρόπους αλλά ταυτόχρονα να ρωτούσαμε εάν παροτρύνουν τα παιδιά τους να κοινωνικοποιούνται και να λειτουργούν δημιουργικά και πως το καταφέρνουν αυτό.

Πιθανές ερωτήσεις που θα μπορούσαμε να ρωτήσουμε είναι:

- Γνωρίζετε τι είναι δημιουργικότητα και κοινωνικοποίηση;
- Στο σπίτι σας πιστεύετε πως λειτουργείτε δημιουργικά;
- Σας αρέσει να λειτουργείτε δημιουργικά και γιατί;
- Πώς το πετυχαίνετε αυτό; Δώστε μας μερικά παραδείγματα.
- Παροτρύνετε τα παιδιά σας να κοινωνικοποιούνται και γιατί;
- Πιστεύετε πως η κοινωνικοποίηση βοηθά τα παιδιά και με ποιο τρόπο;
- Αν η κοινωνικοποίηση είναι σημαντική για εσάς, με ποιους τρόπους καταφέρνετε να κοινωνικοποιήσετε τα παιδιά σας;

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Ξανθάκου, Γ., Σταύρου, Ν., Μπαμπάλη, θ., & Καΐλα, Μ. (2011). *Δημιουργικότητα και Καινοτομία στο Σχολείο και την Κοινωνία*. Αθήνα: Διάδραση.
- Ιακώβου, Κ. (2016, 6 Δεκεμβρίου). Πως να αποφύγουμε τις εντάσεις, τη βία, το αρνητικό και εχθρικό κλίμα μέσα στην οικογένεια. *Παγκύπρια Σχολή Γονέων , Οικογένεια και σχολείο, Τρία απλά βήματα για καλύτερη επικοινωνία με τα παιδιά σας*.
- Γκλιάου, Μ. (2016, 6 Δεκεμβρίου). Τρία απλά βήματα για καλύτερη επικοινωνία με τα παιδιά σας. *Παγκύπρια Σχολή Γονέων, Οικογένεια και σχολείο, Τρία απλά βήματα για καλύτερη επικοινωνία με τα παιδιά σας*.
- Ματσόπουλος, Α. (2012). Ψυχική ανθεκτικότητα των παιδιών και ο κομβικός ρόλος των γονέων & των εκπαιδευτικών. *Παγκύπρια Σχολή Γονέων , Οικογένεια και σχολείο, Ενδυναμωμένοι Γονείς – Ανθεκτικά Παιδιά*.
- Ψάλτης, Ι. (2012). Ο ρόλος των σύγχρονων Ελληνοκύπριων γονιών στην αγωγή των παιδιών του 21<sup>ου</sup> αιώνα και η συνεργασία τους με το σχολείο. *Παγκύπρια Σχολή Γονέων , Οικογένεια και σχολείο, Το Παιδί και το βιβλίο*.
- Στύλιος, Φ. (2019). Έντεκα τρόποι να κτίσω αυτοπεποίθηση στο παιδί. *Γονιός εν δράση*.
- Μακαρίτη, Κ. (2016). Πως μπορώ να ενισχύσω την αυτοπεποίθηση του παιδιού μου; *Παγκύπρια Σχολή Γονέων , Οικογένεια και σχολείο, Αντιμετωπίζοντας τους φόβους των παιδιών, ενισχύοντας την αυτοπεποίθηση*.
- Παπαγεωργίου, Κ. (2018). *Η Κοινωνικοποίηση του παιδιού*.  
<https://www.psychologynow.gr/arthra-psyxologias/sxoleio/sxoliki-psyxologia/4939-koinonikopoiisi-tou-paidioug.html>.
- Ρεντίφης, Γ. (2014). Η σχέση του σχολικού εκφοβισμού με την οικογενειακή κοινωνικοποίηση του εφήβου: *Οικογένεια, κοινωνικοποίηση και σχολικός εκφοβισμός*.  
<https://eproceedings.epublishing.ekt.gr/index.php/edusc/article/view/415>.

Μάστορα, Ι. (2009). *Η κοινωνικοποίηση των παιδιών στη νηπιακή ηλικία: Εκπαιδευτικές οδηγίες για γονείς*. Ανακτημένο στις 16/06/2022 από το δικτυακό τόπο [http://users.sch.gr/kdimitrakakis/kdim/bia/epistimonika\\_keimena/koinonikopoiiisi\\_nipion\\_odigies\\_goneis.pdf](http://users.sch.gr/kdimitrakakis/kdim/bia/epistimonika_keimena/koinonikopoiiisi_nipion_odigies_goneis.pdf)

Κουζαπά, Χ. (2022). *Παιχνίδι, κοινωνικοποίηση και ο ρόλος των γονιών*. Ανακτημένο στις 16/06/2022 από το δικτυακό τόπο <https://www.paidiatros.com/paidi/anaptixi/paixnidi-koinokipoiisi-goneis>.

Τρύφωνος, Κ. (2021). *Τρόποι κοινωνικοποίησης των παιδιών μας*. Ανακτημένο στις 30/06/2022 από το δικτυακό τόπο <https://www.philenews.com/f-me-aposi/paremvaseis-ston-f/article/1350750>.

Χατζηευτυχίου, Α. (2021). *Κοινωνική νοημοσύνη και παιδί – Κοινωνικά έξυπνα παιδιά: 6 συμβουλές για γονείς*. Ανακτημένο στις 15/07/2022 από το δικτυακό τόπο <https://www.paidiatros.com/paidi/syberifora/koinonika-exipna-paidia>.

Στρούθος, Μ. (2021). *Εφηβεία. Γονείς και παιδιά μαζί στην εφηβεία*. Ανακτημένο στις 10/07/2022 από το δικτυακό τόπο <https://www.paidiatros.com/efivos/psychologia/goneis-paidia-efivia>.

Μπαμπάλης, Θ. & Σαμαρτζή, Ε. (2017). *Δημιουργική σκέψη και σχολικά εγχειρίδια: Μελέτη περίπτωσης των εγχειριδίων νεοελληνικής γλώσσας Στ' Δημοτικού και Α' Γυμνασίου*. Ανακτημένο στις 6/07/2022 από το δικτυακό τόπο <https://ejournals.lib.uoc.gr/edusci/article/view/293/233>.

Γεωργίου, Σ. (2012). *Ψυχολογία των οικογενειακών συστημάτων*. Αθήνα: Διάδραση.

Κωνσταντοπούλου, Ε. (2021). *Σχέσεις γονέων-παιδιών: Εφηβεία και οριοθέτηση*. Ανακτημένο στις 03/04/2023 από το δικτυακό τόπο <https://psychagogein.gr/%CF%80%CE%B1%CE%B9%CE%B4%CE%BF%CF%88%CF%85%CF%87%CE%BF%CE%BB%CE%BF%CE%B3%CE%B9%CE%BA%CE%AE-%CF%85%CF%80%CE%BF%CF%83%CF%84%CE%AE%CF%81%CE%B9%CE%BE%CE%B7/%CF%83%CF%87%CE%B5%CF%83%CE%B5%CE%B9%CF%83-%CE%B3%CE%BF%CE%BD%CE%B5%CF%89%CE%BD-%CF%80%CE%B1%CE%B9%CE%B4%CE%B9%CF%89%CE%BD%CE%B5%CE>

[F%86%CE%B7%CE%B2%CE%B5%CE%B9%CE%B1-%CE%BA%CE%B1%CE%B9-%CE%BF%CF%81/.](https://www.psychologynow.gr/arthra-psychologias/oikogeneia-kai-paidi/oriothetisi/7231-i-simasia-tis-oriothetisis-stin-oikogeneia.html)

Κοβάνη, Γ. (2019). *Η σημασία της οριοθέτησης στην οικογένεια*. Ανακτημένο στις 03/04/2023 από το δικτυακό τόπο <https://www.psychologynow.gr/arthra-psychologias/oikogeneia-kai-paidi/oriothetisi/7231-i-simasia-tis-oriothetisis-stin-oikogeneia.html>.

Καΐρη, Λ. (2020). *Όρια μια από τις μεγαλύτερες προκλήσεις της γονεϊκότητας*. Ανακτημένο στις 03/04/2023 από το δικτυακό τόπο <https://www.psychologynow.gr/arthra-psychologias/oikogeneia-kai-paidi/oriothetisi/8402-oria-mia-apo-tis-megalyteres-prokliseis-tis-goneikotitas.html>.

Ντέμου, Κ. (2019). *Παιδί και όρια: Γιατί χρειάζονται όρια τα παιδιά και πως να τα βάλω*; Ανακτημένο στις 03/04/2023 από το δικτυακό τόπο <https://www.psychologynow.gr/arthra-psychologias/oikogeneia-kai-paidi/oriothetisi/7585-paidi-kai-oria-giati-xreiazontai-oria-ta-paidia-kai-pos-na-ta-valo.html>.

Ηρακλέους, Μ. (2022). *Παιχνίδι και παιδί: Έλα να παίζουμε!* Ανακτημένο στις 11/04/2023 από το δικτυακό τόπο <https://www.paidiatros.com/paidi/ygeia/paixnidi-paidi-ela-paixoume>.

Αγγελίδου, Α. (2014). *Ψυχοκοινωνικά Στάδια Ανάπτυξης Του Erikson*.

Γιώτσα, Α. (2004). *Δομή και λειτουργία της ελληνικής οικογένειας: Ομοιότητες και διαφορές με τη μορφή της οικογένειας σε άλλες χώρες*. Ανακτημένο στις 12/04/2023 από το δικτυακό τόπο [https://scholar.google.com/scholar?hl=el&as\\_sdt=0%2C5&as\\_vis=1&q=%CE%BA%CE%BF%CE%B9%CE%BD%CF%89%CE%BD%CE%B9%CE%BA%CE%BF%CF%80%CE%BF%CE%AF%CE%B7%CF%83%CE%B7+%CE%BF%CE%B9%CE%BA%CE%BF%CE%B3%CE%AD%CE%BD%CE%B5%CE%B9%CE%B1+%CF%83%CF%84%CE%B7%CE%BD+%CE%BA%CF%8D%CF%80%CF%81%CE%BF+%CE%B5%CF%80%CE%B9%CF%83%CF%84%CE%B7%CE%BC%CE%BF%CE%BD%CE%B9%CE%BA%CF%8C+%CE%AC%CF%81%CE%B8%CF%81%CE%BF&btnG=.](https://scholar.google.com/scholar?hl=el&as_sdt=0%2C5&as_vis=1&q=%CE%BA%CE%BF%CE%B9%CE%BD%CF%89%CE%BD%CE%B9%CE%BA%CE%BF%CF%80%CE%BF%CE%AF%CE%B7%CF%83%CE%B7+%CE%BF%CE%B9%CE%BA%CE%BF%CE%B3%CE%AD%CE%BD%CE%B5%CE%B9%CE%B1+%CF%83%CF%84%CE%B7%CE%BD+%CE%BA%CF%8D%CF%80%CF%81%CE%BF+%CE%B5%CF%80%CE%B9%CF%83%CF%84%CE%B7%CE%BC%CE%BF%CE%BD%CE%B9%CE%BA%CF%8C+%CE%AC%CF%81%CE%B8%CF%81%CE%BF&btnG=)



Νικολαΐδη, Ι. (2020). Πως μπορώ να ενισχύσω την αυτοπεποίθηση του παιδιού μου;  
*Παγκόσμια Σχολή Γονέων, Οικογένεια και σχολείο, CyberSafety – Ένα καλύτερο  
διαδίκτυο για τα παιδιά στην Κύπρο.*

ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ ΜΥΤΙΛΗΝΑΙΟΥ