



❖ Κοινωνικοσυναισθηματική ανάπτυξη και ηλικιακό στάδιο

0-5 ετών → Το παιδί δημιουργεί **στενές** και **ασφαλείς σχέσεις** με ενήλικες και συνομήλικους, ρυθμίζει και εκφράζει το συναίσθημά του με κοινωνικά και πολιτισμικά αποδεκτούς τρόπους, εξερευνά ελεύθερα το περιβάλλον και χτίζει την ταυτότητά του στο πλαίσιο της οικογένειας και της κοινωνίας.

2-3 ετών → Το παιδί μπορεί να κατονομάζει συναισθηματικές καταστάσεις και συμπεριφορές των ενηλίκων από τις εκφράσεις του προσώπου. Αναγνωρίζει σε μεγαλύτερο βαθμό θετικά συναισθήματα, ιδιαίτερα τη χαρά, αλλά και συναισθήματα θυμού ή λύπης.

3-4 ετών → Το παιδί είναι ικανό να **περιγράφει** τα συναισθήματα που βιώνει. Σταδιακά, αρχίζει να **κατανοεί** ότι τα συναισθήματα των άλλων μπορεί να είναι διαφορετικά από τα δικά του και επίσης, πως οι συναισθηματικές αντιδράσεις σχετίζονται, μεταξύ άλλων, και με την επιθυμία. Συνειδητοποιεί, για παράδειγμα, ότι αν κάποιος αποκτήσει αυτό που θέλει νιώθει χαρούμενος. Οι βάσεις για την κατανόηση των συναισθημάτων μπαίνουν στην ηλικία των 3- 4 ετών. Ένα παιδί αυτής της ηλικίας αναπτύσσει φιλικούς συναισθηματικούς δεσμούς και με αυτόν τον τρόπο μαθαίνει τη διαφορά μεταξύ κοινωνικά αποδεκτής και μη αποδεκτής συμπεριφοράς. Ακόμη, αποκτά συγκεκριμένες δεξιότητες, όπως η **επιμονή** σε δύσκολα έργα, η **διατήρηση της προσοχής** και η **διαχείριση των συγκρούσεων**. Στο σημείο αυτό αρχίζει να δείχνει **ενσυναίσθηση**, καθώς είναι ικανό να ανταποκριθεί κατάλληλα στα συναισθήματα των άλλων (για παράδειγμα, σε στιγμές συναισθηματικού πόνου).

5-6 ετών → Το παιδί αναγνωρίζει τη **σύνδεση** μεταξύ **μνήμης και συναισθημάτων**. Πιο συγκεκριμένα, καταλαβαίνει πως η ένταση των συναισθημάτων μειώνεται με το πέρασμα του χρόνου και ότι ένα γεγονός που συνέβη στο παρελθόν μπορεί να επαναφέρει ένα συναίσθημα στο παρόν. Συχνά, για να μπορέσει να διαχειριστεί συναισθηματικές καταστάσεις στο τώρα, το παιδί ενεργοποιεί συναισθήματα που έχει βιώσει στο παρελθόν σε παρόμοιες καταστάσεις.



Υπάρχουν **διαφορές ως προς τον τρόπο** που το κάθε παιδί κατανοεί το ίδιο συναίσθημα και αυτό σχετίζεται με το άμεσο οικογενειακό περιβάλλον. Η δυνατότητα του παιδιού να κατανοεί τα συναισθήματά του και να τα εκφράζει έχει σχέση με το **συναισθηματικό κλίμα της οικογένειας** και ιδιαίτερα, με τον τρόπο με τον οποίο γονείς και παιδιά επικοινωνούν για τα συναισθήματά τους. Έρευνες έχουν δείξει πως οι γονείς που **συζητούν** συχνότερα και πιο περιγραφικά τα συναισθήματά τους με τα παιδιά τους, τους μαθαίνουν με αποτελεσματικότερο τρόπο να κάνουν και αυτά το ίδιο, αφού μεγάλο μέρος της μάθησης στα μικρά παιδιά επιτυγχάνεται μέσω της **μίμησης**. Έτσι, οι γονείς φαίνεται ότι αποτελούν σημαντικά **συναισθηματικά πρότυπα** για τα παιδιά τους.

Σύμφωνα με έρευνες, οι **βασικές στρατηγικές διαχείρισης** των διαφόρων συναισθηματικών καταστάσεων αναπτύσσονται έως την ηλικία των 3 ετών, ώστε τα παιδιά να μπορέσουν να αντιμετωπίσουν έντονα αρνητικά συναισθήματα. Σημαντικό ρόλο παίζει και πάλι το οικογενειακό περιβάλλον. Ειδικότερα, τα παιδιά παρατηρούν τις συναισθηματικές εκφράσεις και αντιδράσεις των γονιών και τις καταγράφουν, ώστε να μάθουν πώς πρέπει να αντιδρούν τα ίδια. Για παράδειγμα, η ήρεμη αντίδραση του γονιού στα αρνητικά συναισθήματα του παιδιού βοηθά στη ρύθμιση της έντασης και στον κατευνασμό τους. Αντιθέτως, όταν ο γονιός λειτουργεί τιμωρητικά στο συναίσθημα του παιδιού προκαλεί συνήθως έντονες αντιδράσεις θυμού και προβλήματα κοινωνικής συμπεριφοράς.





Το παιδί μέχρι τα τρία έτη αρχίζει να αφομοιώνει **πρότυπα, κανόνες** και **όρια** που παρέχουν οι γονείς του. Τα παιδιά ηλικίας 3-6 ετών μαθαίνουν να παίρνουν **πρωτοβουλίες** για τις δραστηριότητές τους, απολαμβάνουν τα κατορθώματά τους και ενεργούν με σκοπιμότητα, επιμένοντας σε όσα τα αφορούν άμεσα. Αν οι γονείς υποστηρίζουν τις προσπάθειες του παιδιού, τότε αυτό θα αποκτήσει **τάση για πρωτοβουλία και ανάληψη δραστηριοτήτων**. Σε αντίθετη περίπτωση, το παιδί βιώνει ενοχές για την προσπάθειά του να γίνει ανεξάρτητο και μπορεί να εκδηλώσει **επιθετική συμπεριφορά**. Κατά συνέπεια, είναι δυνατό να επηρεαστεί η διαδικασία κοινωνικοποίησης του παιδιού, δηλαδή η ένταξή του στην ομάδα, η επιλογή των φίλων του, η διάρκεια που έχουν οι φιλίες του και γενικά οι προσπάθειες που καταβάλλει το παιδί για τη δημιουργία διαπροσωπικών σχέσεων.

Η έλλειψη των κοινωνικών δεξιοτήτων μπορεί να επηρεάσει την ακαδημαϊκή επίδοση και την υγιή ανάπτυξη των παιδιών. Οι χαμηλές κοινωνικές δεξιότητες συχνά έχουν ως αποτέλεσμα **αντικοινωνική και επιθετική συμπεριφορά**. Ο εγκέφαλος εμφανίζει τους υψηλότερους ρυθμούς ανάπτυξης τα τρία πρώτα χρόνια της ζωής και επεξεργάζεται γρήγορα και αποτελεσματικά τα ερεθίσματα από το εξωτερικό περιβάλλον. Η ωρίμανση του εγκεφάλου εξαρτάται τόσο από το βιολογικό υλικό όσο και από την **εμπειρία** και το **περιβάλλον**. Αυτό σημαίνει ότι τα κοινωνικοσυναισθηματικά βιώματα των παιδιών διαμορφώνουν σημαντικά τον αναπτυσσόμενο εγκέφαλο.

