

*Στους καθηγητές Harry Chugani και Bruce Perry, που
εξακολουθούν πάντοτε να αποδεικνύουν μέσα από το επιστημονικό
τους έργο τον πολύ σημαντικό ρόλο που παίζουν οι πρώτες
εμπειρίες και αλληλεπιδράσεις των παιδιών στην ανάπτυξη της
κοινωνικής και της συναισθηματικής τους νοημοσύνης.*

Στον Daniel Goleman που τόσο ευγενικά... διαδίδει τα νέα!

*Στη γλυκιά μικρή Audrey, που είναι η ζωντανή απόδειξη του
πόσο σημαντικό είναι για ένα παιδί να νιώθει πως οι γονείς του το
αγαπούν και είναι πάντοτε στο πλευρό του.*



Περιεχόμενα

ΕΙΣΑΓΩΓΗ	11
1. ΑΥΤΟΠΕΠΟΙΘΗΣΗ	37
2. ΠΕΡΙΕΡΓΕΙΑ	57
3. ΙΚΑΝΟΤΗΤΑ ΝΑ ΘΕΤΕΙ ΣΤΟΧΟΥΣ	71
4. ΑΥΤΟΕΛΕΓΧΟΣ	87
5. ΙΚΑΝΟΤΗΤΑ ΝΑ ΔΗΜΙΟΥΡΓΕΙ ΣΧΕΣΕΙΣ	105
6. ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ	129
7. ΙΚΑΝΟΤΗΤΑ ΝΑ ΣΥΝΕΡΓΑΖΕΤΑΙ	147
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ	165
ΑΝΑΦΟΡΕΣ ΚΑΙ ΠΗΓΕΣ	194



ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Όλα τα παιδιά χρειάζονται κοινωνικές και συναισθηματικές δεξιότητες. Μόνο έτσι θα μπορέσουν να αποκτήσουν τις απαραίτητες γνώσεις και να πετύχουν στο σχολείο και τη ζωή. Προϋπόθεση της επιτυχίας είναι να γνωρίζουν τα παιδιά πώς να ελέγχουν τα συναισθήματά τους και πώς να εργάζονται ομαδικά· αυτές οι ικανότητες είναι απαραίτητες για την πρόοδο τόσο στο σχολείο όσο και σε όλες τους τις σπουδές. Τα παιδιά τα οποία είναι ικανά να ελέγχουν τις παρορμήσεις και τη συμπεριφορά τους είναι και ικανά να συγκεντρώνονται στην παρακολούθηση των μαθημάτων τους και να μαθαίνουν πραγματικά.

Η κοινωνία δίνει μεγάλη αξία στις διανοητικές ικανότητες του ατόμου, αλλά συνήθως δεν ασχολούμαστε με το πώς μπορεί κανείς να αναπτύξει αυτές τις ικανότητες. Θέλουμε τα παιδιά να έχουν επιτυχία στο σχολείο και σε γενικές γραμμές, οι καλοί βαθμοί θεωρούνται απόδειξη αυτής της επιτυχίας. Συχνά, υποθέτουμε ότι οι ανώτερες διανοητικές ικανότητες έχουν ως αποτέλεσμα και καλούς βαθμούς στο σχολείο. Σε κάθε περίπτωση, όμως, τα παιδιά πρέπει να μάθουν να συγκεντρώνονται και να προσέχουν ώστε να μπορούν έτσι να αναπτύξουν δεξιότητα σκέψης για να γίνουν επιτυχημένοι μαθητές. Η συγκέντρωση και η προσοχή απαιτούν από τα παιδιά να ελέγχουν τις παρορμήσεις τους, να έχουν υπομονή αναβάλλοντας, λόγου χάρι, για αργότερα το παιχνίδι ή οποιαδήποτε άλλη ευχαρίστηση, και να συγκεντρώνονται σε ένα συγκεκριμένο καθήκον. Όλα αυτά σχετίζονται άμεσα με την κοινωνική προσαρμογή και τη συναισθηματική ανάπτυξη.

Για παράδειγμα, σκεφτόμαστε ότι μία χαρισματική αθλήτρια εκτός από τις φυσικές της ικανότητες διαθέτει και μία ιδιαίτερη ευφυΐα που την κάνει να διακρίνεται. Αυτός ο τρόπος σκέψης είναι σαν να αντιστρέφουμε τη σειρά των πραγμάτων. Το πιθανότερο είναι πως η αθλήτρια του παραδείγματός μας χρησιμοποίησε τις κοινωνικές και συναισθηματικές της δεξιότητες –την ικανότητά της να ελέγχει τις παρορμήσεις της και να αναβάλλει την ευχαρίστηση– για να καλλιεργήσει τις ικανότητες εκείνες που ήταν απαραίτητες για να γίνει μια εξαιρετική αθλήτρια.

Νέες ανακαλύψεις στη νευρολογία δείχνουν τον αποφασιστικό ρόλο που παίζει η κοινωνική προσαρμογή και η συναισθηματική ανάπτυξη στη μάθηση. Πολλοί ερευνητές (Sousa, 2005· Goleman, 2006) υποστηρίζουν τώρα πως οι φυσικές και οι διανοητικές δυνατότητες του ατόμου αξιοποιούνται μόνο όταν ο εγκέφαλός του είναι αρκετά ανεπτυγμένος στους τομείς της κοινωνικής και της συναισθηματικής νοημοσύνης.

Αυτό το βιβλίο παρουσιάζει, σε γενικές γραμμές, κάποια από τα πιο, πρόσφατα ευρήματα των ερευνών πάνω στην κοινωνική προσαρμογή και τη συναισθηματική ανάπτυξη και προτείνει στρατηγικές για την πρακτική εφαρμογή τους. Για το πώς δηλαδή θα εφαρμόζουμε αυτά τα ευρήματα της επιστήμης με απλό τρόπο στην καθημερινή μας επαφή με τα παιδιά, όταν επικοινωνούμε μαζί τους και όταν τους αναθέτουμε κάποιες δραστηριότητες.

ΤΙ ΕΙΝΑΙ Η ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗ;

Η κοινωνική νοημοσύνη καλύπτει ένα μεγάλο φάσμα ικανοτήτων που χρησιμοποιούν οι άνθρωποι για να συναναστρέφονται με άλλους ανθρώπους, στην περίπτωση των παιδιών για να παίξουν, κι ακόμη για να διδάσκουν τους άλλους και να διδάσκονται από αυτούς. Οι κοινωνικές αυτές ικανότητες είναι απαραίτητες για την επιβίωση αλλά και για να ζήσει το άτομο μία καλή ζωή.

Τα άτομα με ανεπτυγμένη κοινωνική νοημοσύνη είναι ικανά:

- * να αναγνωρίζουν τα αισθήματα των άλλων
- * να κατανοούν τα αισθήματα, τα κίνητρα και τις ανησυχίες των άλλων
- * να καταλαβαίνουν τα μηνύματα που παίρνουν από τον κοινωνικό περίγυρο και να ανταποκρίνονται σε αυτά
- * να διαπραγματεύονται και να ξεπερνούν τις συγκρούσεις.

Μία ομάδα παιδιών παίζει μπάλα. Ο Δημήτρης παρακολουθεί αμέτοχος λίγο πιο πέρα. Κάθε φορά που η μπάλα έρχεται προς το μέρος του, ο Δημήτρης κάνει μία ανεπαίσθητη κίνηση προς το μέρος της σαν να θέλει να την πιάσει. Ένα κοριτσάκι, η Μελίνα, παρατηρεί ότι ο Δημήτρης δείχνει να ενδιαφέρεται για το παιχνίδι. Μόλις η μπάλα έρχεται προς το δικό της μέρος, την πιάνει και ανακοινώνει στην ομάδα: «Κοιτάξτε, παιδιά, ο Δημήτρης θέλει να παίξει μαζί μας. Έλα, Δημήτρη, θα είσαι στην ομάδα μου».

Η Μελίνα φανερώνει υψηλό επίπεδο κοινωνικής νοημοσύνης. Μπορεί να νιώσει τα συναισθήματα των άλλων. Αντιλαμβάνεται πως ο Δημήτρης τους παρακολουθεί θέλοντας να παίξει μαζί τους. Ερμηνεύει σωστά τα σημάδια που βλέπει στον κοινωνικό περίγυρο, συγκεκριμένα στη συμπεριφορά του άλλου παιδιού. Η ανεπαίσθητη κίνηση του Δημήτρη να πιάσει την μπάλα είναι για τη Μελίνα το σημάδι πως το αγόρι θέλει να παίξει μαζί τους. Η Μελίνα ανταποκρίνεται περιμένοντας την κατάλληλη στιγμή για να διακόψει το παιχνίδι. Στη συνέχεια, βοηθά τον Δημήτρη να συμμετάσχει και βοηθά συγχρόνως τους άλλους συμπαίκτες της να καταλάβουν την κατάσταση.

ΤΙ ΕΙΝΑΙ Η ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗ;

Οι υγιείς συναισθηματικές αντιδράσεις επιτρέπουν στους ανθρώπους να εκφράζουν και να χειρίζονται σωστά τα αισθήματά τους, να αναβάλλουν την ικανοποίηση, να βρίσκουν δημιουργικές διεξόδους

για τα αρνητικά συναισθήματα, να καταλαβαίνουν και να υπολογίζουν τα αισθήματα των άλλων. Οι υγιείς συναισθηματικές αντιδράσεις μάς κάνουν να νιώθουμε χαρούμενοι και ικανοποιημένοι από τον εαυτό μας.

Τα άτομα με ανεπτυγμένη συναισθηματική νοημοσύνη είναι ικανά:

- * να αναγνωρίζουν και να καταλαβαίνουν τα συναισθήματα
- * να εκφράζουν τα συναισθήματα
- * να εκτιμούν την ένταση των συναισθημάτων
- * να διαχειρίζονται τα συναισθήματα
- * να αναβάλλουν την ικανοποίηση
- * να ελέγχουν τις παρορμήσεις
- * να αναγνωρίζουν τη διαφορά μεταξύ συναισθημάτων και πράξεων, και
- * να διαχειρίζονται το άγχος.

Μία ομάδα παιδιών παίζει «μήλα» χωρισμένα σε ομάδες, στον κήπο, σε ένα πάρτι γενεθλίων. Ο Γιάννης θέλει να παίζει μαζί τους. Παρακολουθεί για αρκετή ώρα τα άλλα παιδιά να παίζουν. Τους έχει πει αρκετές φορές ότι θα ήθελε να παίζει κι αυτός. Η Βίκυ σταματά να παίζει, αλλά προτού προλάβει να πει στον Γιάννη ότι μπορεί να πάρει τη θέση της, ο Μιχάλης προλαβαίνει και την παίρνει εκείνος. Ο Γιάννης βλέπει την ευκαιρία του να χάνεται. Λέει στον Μιχάλη ότι εκείνος ήταν εκεί και περιμένει από ώρα και πως ήταν η σειρά του να παίζει. Ο Μιχάλης απαντά: «Τόσο το χειρότερο για σένα!» Ο Γιάννης αρχίζει να κλαίει. Ο Ανκούργος λέει: «Γιάννη, μπορείς να πάρεις τη δική μου θέση. Εγώ θα πάω μέσα να παίξω με τη Βίκυ».

Τι συνέβη εδώ; Ποιο από τα παιδιά έδειξε πως διαθέτει ανεπτυγμένη συναισθηματική νοημοσύνη; Τι έχουμε να πούμε για τον Γιάννη; Περιμένει υπομονετικά, κάνει γνωστή την επιθυμία του να παίζει, προσπαθεί να διαπραγματευτεί με τον Μιχάλη και συγκρατείται για να μην τον κλοτσήσει ή τον χτυπήσει στο τέλος. Όλα αυτά είναι γερά θεμέλια στο συνολικό οικοδόμημα της συναισθηματικής

νοημοσύνης. Τα δάκρυά του είναι ο τρόπος για να δείξει σε όλους την απογοήτευσή του και τη στενοχώρια του. Αντιδρά πολύ καλά για παιδί τεσσάρων ετών. Δείχνει επιμονή σε ένα σκοπό, είναι ικανός να επικοινωνεί με τους άλλους αποτελεσματικά και είναι επίσης ικανός να ελέγχει τις παρορμήσεις του και να περιμένει. Αντί να αρχίσει να κλαίει, θα μπορούσε να είχε ξεσπάσει πάνω στον Μιχάλη.

Ο Λυκούργος επίσης φανερώνει υψηλό επίπεδο τόσο συναισθηματικής όσο και κοινωνικής νοημοσύνης. Δείχνει ότι μπορεί να νιώσει τα συναισθήματα του Γιάννη και είναι πρόθυμος να ασχοληθεί με κάτι άλλο, έτσι ώστε να μπορέσει και ο Γιάννης να μπει με τη σειρά του στο παιχνίδι.

Δεν έχουμε πολλές πληροφορίες σχετικά με τον Μιχάλη στο σενάριο αυτό, φαίνεται όμως πως δεν έχει ακόμη μάθει να συμεριζείται τα συναισθήματα των άλλων.

Η ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΚΑΙ Η ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗ ΕΙΝΑΙ ΑΝΕΞΑΡΤΗΤΕΣ Η ΜΙΑ ΑΠΟ ΤΗΝ ΑΛΛΗ

Συναισθηματική νοημοσύνη είναι η κατανόηση και η διαχείριση των συναισθημάτων και των συγκινήσεών μας. Κοινωνική νοημοσύνη είναι η κατανόηση και διαχείριση του εαυτού μας στην ομάδα. Αυτά τα δύο είναι ανεξάρτητα μεταξύ τους. Τις περισσότερες φορές, τα παιδιά μαθαίνουν να καταλαβαίνουν τον εαυτό τους και να χειρίζονται τα δικά τους συναισθήματα πολύ πριν μάθουν να χειρίζονται τον εαυτό τους στο πλαίσιο της συναναστροφής με άλλους. Παρόλ' αυτά, τα παιδιά εξακολουθούν να μαθαίνουν πράγματα για τον εαυτό τους στη διάρκεια της συναναστροφής τους και της επικοινωνίας με άλλους. Ο πίνακας που ακολουθεί παρουσιάζει πώς οι ικανότητες που οδηγούν στην κοινωνική και συναισθηματική νοημοσύνη αλληλοϋποστηρίζονται:

<p>Συναισθηματική νοημοσύνη</p> <p>Συνείδηση εαυτού Κατανοεί τα συναισθήματα. Γνωρίζει τη διαφορά ανάμεσα στα συναισθήματα και στις πράξεις.</p>	<p>Κοινωνική νοημοσύνη</p> <p>Κοινωνική αντίληψη Αντιλαμβάνεται τα συναισθήματα των άλλων. Διαβάζει τα μηνύματα της συμπεριφοράς των άλλων. Καταλαβαίνει τα συναισθήματα, τα κίνητρα και τις ανησυχίες των άλλων. Εναρμονίζεται με τα συναισθήματα, τα κίνητρα και τις ανησυχίες των άλλων.</p>
<p>Διαχείριση εαυτού Εκφράζει τα συναισθήματα. Διαχειρίζεται τα συναισθήματα. Ελέγχει τις παρορμήσεις. Κοινοποιεί τα συναισθήματά του. Διαχειρίζεται το άγχος.</p>	<p>Διαχείριση σχέσεων Διαπραγματεύεται και ξεπερνά τις συγκρούσεις. Ανταποκρίνεται στα συναισθήματα, τα κίνητρα και τις ανησυχίες των άλλων. Έχει την ικανότητα να συνεργάζεται με τους άλλους. Επικοινωνεί αποτελεσματικά με τους άλλους. Δείχνει ικανότητες ένταξης στο ομαδικό παιχνίδι.</p>

ΤΙ ΛΕΕΙ Η ΕΡΕΥΝΑ ΤΟΥ ΕΓΚΕΦΑΛΟΥ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΗΝ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΚΑΙ ΤΗ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗ

Οι συνάψεις των εγκεφαλικών κυττάρων είναι το θεμέλιο μίας ισχυρής νόησης

Το πρωταρχικό έργο του εγκεφάλου κατά τη διάρκεια της βρεφικής και νηπιακής ηλικίας είναι η σύνδεση των εγκεφαλικών κυττάρων (νευρώνων). Κάθε νευρώνας έχει έναν άξονα (νευράξονα), ο οποίος στέλνει πληροφορίες στους άλλους νευρώνες, όπως επίσης

και κάποιες αποφυάδες, τους δενδρίτες μέσω των οποίων μεταφέρονται οι πληροφορίες μεταξύ των εγκεφαλικών κυττάρων. Καθώς οι δενδρίτες συνδέονται με τους νευράξονες των άλλων εγκεφαλικών κυττάρων, σχηματίζονται τρισεκατομμύρια συνδέσεων που ονομάζονται συνάψεις. Οτιδήποτε μαθαίνουμε, αποθηκεύεται στις κοινότητες των νευρώνων. Έχουμε «κοινότητες», δηλαδή ειδικές ομάδες νευρώνων, που είναι προορισμένες να ρυθμίζουν τις κινητικές, νοητικές και γλωσσικές μας ικανότητες, όπως επίσης και τις κοινωνικές και συναισθηματικές μας δεξιότητες.

Η εμπειρία είναι αυτή που δημιουργεί τις συνδέσεις. Η επανάληψη όμως τις κάνει πιο ισχυρές, πιο σταθερές σε όλους τους τομείς της ανάπτυξης του ατόμου. Όταν έχουμε μία εμπειρία για πρώτη φορά στη ζωή μας, κάποιιο νευρώνες συνδέονται. Όταν στη συνέχεια συναντάμε ξανά στη ζωή μας την ίδια εμπειρία, η πληροφορία ταξιδεύει στο ίδιο κύκλωμα, με αποτέλεσμα να κάνει πιο «σφικτές» τις συνδέσεις και να τις σταθεροποιεί. Με νευρολογικούς όρους, αυξάνεται τότε η «μυελινοποίηση», μία διαδικασία που ξεκινά ήδη από τη βρεφική ηλικία και βοηθά να περιβάλλονται οι νευράξονες και οι νευρώνες του εγκεφάλου με μία ουσία που ονομάζεται μυελίνη. Και όταν η διαδικασία αυτή ολοκληρώνεται, η κάθε πληροφορία έχει τη δυνατότητα να ταξιδεύει με 200 μιλια το δευτερόλεπτο κατά μήκος του κυκλώματος αυτού του εγκεφάλου (Sousa, 2005). Σκεφτείτε αυτό το κύκλωμα σαν να πρόκειται για μονοπάτια που περνούν μέσα από την πιο άγρια, ανεξερεύνητη περιοχή – κι όσα από τα μονοπάτια χρησιμοποιούνται συχνά γίνονται πια μεγάλοι δρόμοι, ενώ όσα δεν χρησιμοποιούνται τείνουν να σβήσουν όπως τα ίχνη πάνω στην άμμο.

Η κοινωνική και συναισθηματική «δικτύωση», όμως, μέσα στον εγκέφαλο διαφέρει ριζικά από τη νοητική και τη φυσιο-κινητική, καθώς οι δύο πρώτες είναι άμεσα εξαρτημένες από την αλληλεπίδραση μεταξύ των ανθρώπων (Goleman, 2007). Είναι απαραίτητο να έχουμε αλληλεπίδραση με άλλα άτομα. Μόνο έτσι δημιουργούνται στα

εγκεφαλικά μας κύτταρα τα δίκτυα των συνδέσεων που είναι αναγκαία για να είμαστε κοινωνικοί. Η ικανότητά μας να σχετιζόμαστε με τους άλλους πηγάζει από την εφαρμογή όσων διδαχθήκαμε από τις πρώιμες αυτές αλληλεπιδράσεις με τον κόσμο γύρω μας. Η εσωτερική συναισθηματική δικτύωση του ατόμου διαμορφώνεται από τα πρώτα ήδη χρόνια της ζωής του, από την περίοδο που έρχεται σε επαφή με τους γονείς του και με όσους το φροντίζουν κατά την παιδική ηλικία. Είναι ακριβώς τότε που μέσα από την επικοινωνία με τους άλλους γύρω του, το άτομο αντιλαμβάνεται τους τρόπους με τους οποίους οι ανάγκες τους ικανοποιούνται. Η ικανότητα του ανθρώπου να ελέγχει τα συναισθήματά του και να συγκρατεί τις παρορμήσεις του εξαρτάται από την επιτυχία της πρώτης αυτής επικοινωνίας και την οικοδόμηση σχέσεων εμπιστοσύνης.

Κοινωνική και συναισθηματική νόηση

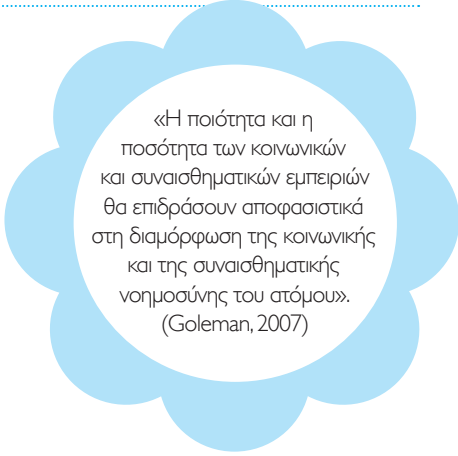
Η κοινωνική νόηση είναι ένας συνδυασμός νευρολογικών μηχανισμών. Οι μηχανισμοί αυτοί οργανώνουν αρμονικά στο μυαλό μας τους τρόπους αλληλεπίδρασής μας με τους άλλους. Συγχρόνως, οργανώνουν αρμονικά τις σκέψεις μας και τα συναισθήματά μας για τους ανθρώπους και τις σχέσεις μας. Ο σωστός συνδυασμός όλων αυτών στα εγκεφαλικά μας κέντρα απαιτεί την πρόσωπο με πρόσωπο επαφή και τη στενή επικοινωνία με τους άλλους.

Η συναισθηματική νόηση είναι επίσης ένας συνδυασμός νευρολογικών μηχανισμών. Οι μηχανισμοί αυτοί οργανώνουν αρμονικά και διαχειρίζονται τα συναισθήματα και τις παρορμήσεις μας. Η δημιουργία ενός σωστού δικτύου συναισθηματικής νόησης προϋποθέτει τη σιγουριά ότι είμαστε ασφαλείς.

Χρονοδιαγράμματα Ανάπτυξης

Υπάρχουν στη ζωή του ατόμου γόνιμες περιόδους στη διάρκεια των οποίων ο εγκέφαλος έχει τη δυνατότητα να αναπτύξει και

να συνδέσει ιδιαίτερες ικανότητες στον ανώτατο βαθμό. Ονομάζουμε τις γόνιμες αυτές περιόδους «παράθυρα ευκαιριών». Τα παράθυρα αυτά προσδιορίζονται επιστημονικά και είναι ανοικτά από τη στιγμή της γέννησης του ατόμου έως την εφηβεία. Τα ανοικτά παράθυρα ευκαιριών είναι ίδια για όλα τα παιδιά, ανεξάρτητα από το μέρος του πλανήτη που γεννήθηκαν, ανεξάρτητα από τις συνθήκες κάτω από τις οποίες γεννήθηκαν και από το αν η ανάπτυξή τους είναι πρόωρη, μέση ή καθυστερημένη.



«Η ποιότητα και η ποσότητα των κοινωνικών και συναισθηματικών εμπειριών θα επιδράσουν αποφασιστικά στη διαμόρφωση της κοινωνικής και της συναισθηματικής νοημοσύνης του ατόμου».
(Goleman, 2007)

Οι βάσεις της κοινωνικής και της συναισθηματικής νοημοσύνης διακτώνονται στον εγκέφαλο κατά τους 48 πρώτους μήνες της ζωής. Οι θετικές εμπειρίες στο διάστημα που τα παράθυρα αυτά είναι ανοικτά, οδηγούν σε θετικά αποτελέσματα. Οι αρνητικές εμπειρίες κατά την ίδια περίοδο, οδηγούν σε αρνητικά αποτελέσματα. Για παράδειγμα, για να μιλήσουμε με όρους συναισθηματικής νοημοσύνης, ένα βρέφος πραγματοποιεί μέσα του τις συνδέσεις που σχετίζονται με την εμπιστοσύνη κατά τους πρώτους 14 μήνες της ζωής του. Αν, όταν κλαίει, κάποιος σπεύδει να το φροντίσει, το μήνυμα που θα ενσωματώσει είναι η εμπιστοσύνη· αν όμως δεν έρθει κανείς κοντά του, το μήνυμα που θα δεχτούν οι νευρώνες του είναι η έλλειψη εμπιστοσύνης (Ramey & Ramey, 1999). Αν πεινά και κάποιος το ταΐσει, μαθαίνει να εμπιστεύεται. Αν δεν το ταΐσει κανείς, μαθαίνει να μην εμπιστεύεται κανέναν. Τόσο απλό είναι.

Όταν λοιπόν οι θετικές εμπειρίες προσφερθούν την κατάλληλη στιγμή σύμφωνα με το χρονοδιάγραμμα για τα «Παράθυρα Ευκαιριών» που ακολουθεί, οι νευρώνες του ατόμου θα συνδεθούν

με τον κατάλληλο τρόπο. Ο εγκέφαλος είναι γόνιμος σε όλη τη διάρκεια της παιδικής ηλικίας και μέχρι την εφηβεία, έτσι ώστε οι ικανότητες που αναφέρονται στον πίνακα, πρακτικά μπορούν να αποκτηθούν σε αυτή την περίοδο. Σε κάθε περίπτωση, μπορούμε να πετύχουμε τις καλύτερες συνδέσεις όταν οι ανάλογες θετικές εμπειρίες συμβούν μέσα στο διάστημα όπου το αντίστοιχο παράθυρο είναι ανοικτό.

Παράθυρα Ευκαιριών

Παράθυρα	Ευκαιρία για δημιουργία επιθυμητών συνδέσεων	Περίοδος μέγιστης ανάπτυξης
Κοινωνική Νοημοσύνη Προσκόλληση Ανεξαρτησία Συνεργασία	0-48 μηνών 0-12 μηνών 18-36 μηνών 24-48 μηνών	4 ετών έως την εφηβεία
Συναισθηματική Νοημοσύνη Εμπιστοσύνη Έλεγχος Παρορμήσεων	0-48 μηνών 0-14 μηνών 16-48 μηνών	4 ετών έως την εφηβεία
Κινητική Ανάπτυξη	0-24 μηνών	2 ετών έως την εφηβεία
Οξυδέρκεια	0-24 μηνών	2 ετών έως την εφηβεία
Σκέψη και εξυπνάδα Αιτία και αποτέλεσμα (σύνδεσή τους) Επίλυση Προβλημάτων	0-48 μηνών 0-16 μηνών 16-48 μηνών	4 ετών έως την εφηβεία
Θεμέλια για ανάπτυξη ικανοτήτων κατανόησης*	0-24 μηνών	2-7 ετών
Πρώτοι φθόγγι Λεξιλόγιο	4-8 μηνών 0-24 μηνών	8 μηνών έως την εφηβεία 2-5 ετών

*Δύο αξιόπιστες ενδείξεις για τις πιθανότητες επιτυχίας στην κατανόηση είναι η διάκριση των φθόγγων και το πόσο πλούσιο λεξιλόγιο έχει κάθε άτομο.

Μπορείτε, αν θέλετε, να χρησιμοποιήσετε το χάρτη με τα «Παράθυρα Ευκαιριών» σαν έναν οδηγό όταν θα σκέφτεστε τις κοινωνικές και τις συναισθηματικές εμπειρίες που θα φροντίσετε να αποκτήσουν τα παιδιά σας. Ο πίνακας αυτός είναι ένας βασικός οδηγός που εξηγεί τι είναι καλό για τα παιδιά στο κάθε στάδιο της ανάπτυξής τους. Για να αξιοποιήσετε τη γόνιμη περίοδο της μεγαλύτερης δυνατής ανάπτυξης των ικανοτήτων τους όσο ακόμη τα παράθυρα είναι ανοιχτά, προσφέρετε στα παιδιά θετικές εμπειρίες και άφθονες ευκαιρίες για να τις επαναλάβουν, την ίδια στιγμή που νέες εμπειρίες θα ακολουθούν όσο το δυνατόν συντομότερα.

Ατρακτοειδή κύτταρα

Όταν γεννιέται ένα παιδί, υπάρχουν 100 τρισεκατομμύρια νευρώνες που περιμένουν να συνδεθούν. Ο εγκέφαλος, κατά τη στιγμή της γέννησης, είναι ακόμη ένα όργανο σε τέτοιο βαθμό ατελές που μας εκπλήσσει. Οι συνδέσεις δημιουργούνται καθώς τα παιδιά έρχονται μέσα στον κόσμο σε επαφή με διάφορες εμπειρίες. Στη συνέχεια, γίνονται σταθερές και ισχυρές με τις συνεχείς επαναλήψεις αυτών των εμπειριών. Έτσι σχηματίζεται το νευρολογικό κύκλωμα πάνω στο οποίο θα θεμελιωθούν οι μαθησιακές ικανότητες του ανθρώπου για όλη του τη ζωή. Με άλλα λόγια, από αυτό το κύκλωμα θα εξαρτηθεί πόσο ικανός θα είναι ο άνθρωπος, όσο θα μεγαλώνει, να μαθαίνει σωστά και αποτελεσματικά. Κάποιοι από αυτούς τους εκατό τρισεκατομμύρια νευρώνες που περιμένουν να συνδεθούν, είναι ειδικά προορισμένοι για εκείνες τις συνάψεις που αφορούν στην κοινωνική και τη συναισθηματική νοημοσύνη.

Οι συνάψεις που σχετίζονται με την κοινωνική νοημοσύνη δημιουργούνται από τις κοινωνικές εμπειρίες. Τα ατρακτοειδή κύτταρα, που ονομάστηκαν έτσι από το μακρόστενο σχήμα τους, είναι τα κύτταρα τα οποία έχουν ως αποστολή να μας επιτρέπουν να νιώθουμε αγάπη ή να βιώνουμε συναισθηματικό πόνο (Goleman,

2007). Αυτά τα κύτταρα βρίσκονται σε εκείνα τα μέρη του ανθρώπινου εγκεφάλου που θεωρούνται υπεύθυνα για την κοινωνική αλληλεπίδραση. Είναι υπεύθυνα για τη συμπάθεια, την ομιλία, τη διαίσθησή μας σχετικά με τα αισθήματα των άλλων και τις γρήγορες κρίσεις μας.

Τα ατρακτοειδή κύτταρα μας κάνουν να έχουμε συναίσθηση και αντίληψη της κοινωνικής πραγματικότητας. Οι επιστήμονες πιστεύουν πως τα ατρακτοειδή κύτταρα είναι αυτά που διαμορφώνουν την απαραίτητη για την επικοινωνία και την αλληλεπίδραση σκέψη. Οι άνθρωποι, κάποια είδη πιθήκων και ένα είδος φάλαινας είναι τα μοναδικά όντα που διαθέτουν τέτοια κύτταρα. Τα ατρακτοειδή κύτταρα δημιουργούνται στον εγκέφαλο κατά τη διάρκεια των τεσσάρων πρώτων μηνών της ζωής του ατόμου. Το πόσο παραγωγικά θα είναι εξαρτάται από παράγοντες όπως το στρες (που έχει αρνητική επίδραση) και η ατμόσφαιρα αγάπης (που έχει θετική επίδραση).

Κατοπτρικοί Νευρώνες

Οι κατοπτρικοί νευρώνες σχετίζονται επίσης με τις κοινωνικές και τις συναισθηματικές μας ικανότητες. Σχηματίζονται κατά τα πρώτα χρόνια της ζωής μας, καθώς παρακολουθούμε τους άλλους και κάνουν «μεταδοτικά» τα συναισθήματα. Είναι οι νευρώνες που επιτρέπουν στα μωρά να χαμογελούν μετά από λίγες μόλις εβδομάδες εμπειριών πάνω στην ανθρώπινη επικοινωνία.

Οι κατοπτρικοί νευρώνες μας βοηθούν να νιώθουμε τις προθέσεις των άλλων και είναι ανεκτίμητοι όσον αφορά στη συγκέντρωση των κοινωνικών πληροφοριών. Οι νευρώνες αυτοί βρίσκονται σε απόλυτη διέγερση καθώς παρακολουθούμε τους άλλους. Βρίσκονται σε απόλυτη διέγερση όταν ανταποδίδουμε το χαμόγελο σε κάποιον που μας χαμογέλασε. Βρίσκονται σε απόλυτη διέγερση όταν ένα βρέφος που κλαίει γοερά κάνει και τα άλλα βρέφη που το

ακούν να αρχίσουν να κλαίνε. Οι επιστήμονες υποστηρίζουν πως όσο πιο δραστήριο είναι το σύστημα των κατωπτρικών νευρώνων ενός ατόμου, τόσο ισχυρότερη είναι και η ικανότητά του να συμπάσχει με τους άλλους.

Αποτελέσματα του Άγχους

Το συναισθηματικό τραύμα μπορεί να έχει αρνητική επίδραση στα πρώτα χρόνια της ανάπτυξης. Τα παιδιά που νιώθουν μεγάλο άγχος έχουν υψηλά επίπεδα κορτιζόλης στο αίμα τους (που είναι η ορμόνη του άγχους). Τα υψηλά επίπεδα κορτιζόλης δημιουργούν στους ενήλικες «θολή» σκέψη, όμως για τα μικρά παιδιά είναι πολύ πιο καταστροφικά. Όταν η κορτιζόλη σαρώνει στο πέρασμά της τις νεοσχηματισμένες νευρολογικές συνδέσεις, μπορεί, θεωρητικά, ακόμη και να εξαλείψει κάποιες από αυτές τις εύθραυστες νέες συνδέσεις – αφήνοντας τα παιδιά να παλεύουν πια μόνα τους για να βάλουν τα απαραίτητα θεμέλια, αυτά που θα τους επιτρέψουν στο μέλλον να είναι ικανά για μάθηση (Families and Work Institute, 1996).

Το συναισθηματικό τραύμα επιδρά επίσης και στην ικανότητα του εγκεφάλου να χρησιμοποιεί τη λογική σκέψη για την κατανόηση των συναισθημάτων μας. Μας κάνει υπερευαίσθητους στο άγχος και προκαλεί συχνά υπερβολικές αντιδράσεις απέναντι στις δύσκολες καταστάσεις.

Μα, έχουν άγχος τα μικρά παιδιά; Και βέβαια έχουν! Αν και οι αιτίες του άγχους των παιδιών είναι συχνά δυσδιάκριτες για τους ενήλικες, τα παιδιά συχνά κουβαλούν μέσα τους ένα βαρύ φορτίο άγχους. Τι είναι όμως αυτό που προκαλεί το άγχος στα παιδιά; Πασχίζουν να φτάσουν τα ορόσημα της ανάπτυξης· μαθαίνουν να επικοινωνούν, να περπατούν, να αλληλεπιδρούν, να εμπιστεύονται, να διατηρούν τη συναισθηματική ισορροπία τους και να καταλαβαίνουν τον κόσμο τους. Μία από τις μεγαλύτερες αιτίες

άγχους για τα μικρά παιδιά είναι η δημιουργία σχέσεων με τους ανθρώπους που αποτελούν μέρος της καθημερινής ζωής τους. Όταν, για παράδειγμα, η δασκάλα ενός παιδιού φεύγει και στη θέση της καταφτάνει μία καινούρια, μπορεί το παιδί αυτό να χρειαστεί αρκετό χρόνο ώσπου να προσαρμοστεί με το νέο πρόσωπο στη ζωή του. Στη διάρκεια αυτής της χρονικής περιόδου, το παιδί θα είναι συνεχώς αντιμέτωπο με το άγχος. Αυτό το άγχος δεν θα βαραίνει το παιδί μόνο στο σχολείο του, θα το ακολουθεί και στο σπίτι.

Στα μέσα του προηγούμενου αιώνα, η Ρουμανία ήταν μία πάμπτωχη χώρα, τόσο φτωχή ώστε οι οικογένειες δεν είχαν τη δυνατότητα να κάνουν παιδιά διότι δεν μπορούσαν να τα θρέψουν.

Ο τότε βασιλιάς της Ρουμανίας ανησύχησε επειδή χωρίς γεννήσεις πολύ σύντομα η χώρα θα εξαφανιζόταν. Έφτιαξε λοιπόν ένα νόμο σύμφωνα με τον οποίο κάθε γυναίκα που ήταν σε ηλικία κατάλληλη για να μείνει έγκυος, θα έπρεπε να κάνει τουλάχιστον τέσσερα παιδιά, διαφορετικά θα έπρεπε να πληρώσει έναν βαρύ φόρο.

Αν και απρόθυμα, οι ρουμανικές οικογένειες άρχισαν να κάνουν περισσότερα παιδιά. Όμως, δεν μπορούσαν να τα φροντίσουν σωστά εξαιτίας της φτώχειας τους.

Η κυβέρνηση παρενέβη και ανέλαβε η ίδια τη φροντίδα αυτών των παιδιών τοποθετώντας τα σε τεράστια ορφανοτροφεία. Τα ορφανοτροφεία ήταν όλα ίδια –ένας κεντρικός πύργος με τέσσερις πτέρυγες, ύψους τριών ορόφων– και σε κάθε πτέρυγα κατοικούσαν 40 παιδιά με έναν άνθρωπο να τα φροντίζει.

Σε αυτά τα ορφανοτροφεία οι συνθήκες ήταν εντελώς ακατάλληλες. Οι τοίχοι ήταν γκριζοί και δεν υπήρχαν ούτε βιβλία

ούτε παιχνίδια. Οι υπεύθυνοι για τη φροντίδα των παιδιών ήταν πολύ λίγοι για να φροντίζουν όλα εκείνα τα παιδιά, κι έτσι τα σκεύη καθαριζόνταν και οι πάνες άλλαζαν μόνο όταν ήταν απολύτως απαραίτητο. Πολλά από τα παιδιά παρέμεναν μέρα-νύχτα στις κούνιες τους, σαν ζώα στα κλουβιά. Η τροφή ήταν κι αυτή φτωχική και πολλά παιδιά παρουσίασαν προβλήματα υγείας.

Το πιο σοβαρό όμως ήταν ότι υπήρχε ελάχιστη ή και καθόλου συναισθηματική ή κοινωνική αλληλεπίδραση ανάμεσα στα παιδιά και τους ανθρώπους που τα φρόντιζαν ή άλλους ενήλικες. Κανείς ποτέ δεν τους διάβασε, κανείς δεν έπαιξε μαζί τους και δεν τα κράτησε στην αγκαλιά του, κανείς δεν έδειξε στοργή και αφοσίωση στα δύστυχα εκείνα παιδιά. Κι όμως, η υγιής κοινωνική αλληλεπίδραση στα πρώτα ήδη χρόνια της ζωής του ανθρώπου έχει αποφασιστική σημασία για τη φυσιολογική συναισθηματική του ανάπτυξη.

Αυτό αποδείχτηκε με πειστικό τρόπο μέσα από πειράματα σε νεογέννητες μαιμούδες, που έκανε ο Dr Harry Harlow στη δεκαετία του 1960. Ο Dr Harlow μεγάλωσε τις μαιμούδες σε απόλυτη απομόνωση και ανακάλυψε πως αν η περίοδος της απομόνωσης ξεπερνούσε τους οκτώ μήνες, οι νεαρές μαιμούδες δεν γίνονταν πια αποδεκτές από τις φυλές τους εξαιτίας της μη φυσιολογικής και αταίριαστης συμπεριφοράς τους. Οι μαιμούδες φτάνουν στην εφηβεία ανάμεσα στα τρία και τα τέσσερα πρώτα χρόνια τους, επομένως οι οκτώ μήνες της απομόνωσής τους απείχαν χρονικά πολύ από την εφηβεία τους.

Ο Dr Harry T. Chugani, παιδίατρος-νευρολόγος, και ο Dr Michael E. Behen, παιδίατρος-νευροψυχολόγος από το Wayne State University, μελέτησαν για χρόνια τις συνέπειες της κοινωνικο-συναισθηματικής αποστέρησης των παιδιών κατά την

πρώτη παιδική ηλικία τους. Γνώριζαν τα πειράματα του Dr Harlow και ήθελαν να μελετήσουν συγκεκριμένα τις συνέπειες αυτής της αποστέρησης στον ανθρώπινο εγκέφαλο. Τα ορφανά της Ρουμανίας αποτέλεσαν μέρος της έρευνας. Οι καθηγητές Chugani και Beheh παρακολούθησαν αυτά τα παιδιά από τη στιγμή που έφτασαν εκεί σαν υιοθετημένα πια ορφανά, και έκαναν ένα πλήθος διαφορετικών νευρολογικών μελετών για να βρουν τα αποτελέσματα της απομόνωσης σε τόσο μικρή ηλικία στη λειτουργία του εγκεφάλου και την αντίληψη. Μελέτησαν επίσης τη συμπεριφορά των παιδιών.

Οι καθηγητές Chugani και Beheh ανακάλυψαν πως τα περισσότερα από εκείνα τα παιδιά αντιμετώπιζαν μεγάλες δυσκολίες προσπαθώντας να ξεπεράσουν τις αρνητικές συνέπειες αυτής της πρώιμης αποστέρησης τους. Παρουσίαζαν παρορμητικές συμπεριφορές, προβλήματα συγκέντρωσης και ανωμαλίες στις σχέσεις τους με τους άλλους. Όπως ακριβώς συνέβη και με τις μαϊμούδες του Harlow, οι έρευνες έδειξαν πως και στη ζωή των παιδιών υπήρχε μία κρίσιμη περίοδος. Έτσι, τα παιδιά που είχαν υιοθετηθεί πριν από τον δέκατο όγδοο μήνα της ζωής τους τα πήγαιναν πολύ καλύτερα από εκείνα που είχαν υιοθετηθεί αργότερα. Μάλιστα, παρατηρήθηκε με μεγάλη συχνότητα ότι αρκετά αδέρφια που είχαν υιοθετηθεί από τους ίδιους θετούς γονείς παρουσίαζαν διαφορετική πρόοδο, με τα μικρότερα να τα πηγαίνουν πολύ καλύτερα επειδή είχαν περάσει πολύ λιγότερο χρόνο στο ορφανοτροφείο και τοποθετήθηκαν νωρίτερα μέσα σε ένα στοργικό περιβάλλον.

Μελετώντας αυτά τα παιδιά, ο Dr Chugani και η ερευνητική ομάδα του χρησιμοποίησαν εξελιγμένες τεχνικές «προσομοίωσης εγκεφάλου» (όπως καλούνται), συμπεριλαμβανομένης της PET (ένα είδος τομογραφίας με εκπομπή ποζιτρονίων) και της DTI (μία πολύ εξελιγμένη τεχνική με την οποία μπορούμε να

πληροφορηθούμε σχετικά με τις καταγραφές ή τις συνδέσεις των νευρώνων μέσα στον εγκέφαλο). Ανακάλυψαν έτσι ότι μερικές συγκεκριμένες περιοχές των εγκεφάλων τους που συνδέονται με το θυμικό (δηλαδή τα συναισθήματα και τις επιθυμίες) υπολειπορούσαν και δεν ήταν με σωστό τρόπο συνδεδεμένες μεταξύ τους. Στους φυσιολογικούς ανθρώπους, γνωρίζουμε πως αυτές οι περιοχές έχουν σχέση με τις συναισθηματικές και τις κοινωνικές ικανότητες. Ο Dr Chugani κατέληξε στο συμπέρασμα πως αν ένα άτομο κατά τη νηπιακή του ηλικία δεν χρησιμοποιεί κάποιες συγκεκριμένες περιοχές του εγκεφάλου και δεν σταθεροποιήσει, μέσα από μία συγκεκριμένη διαδικασία, τις φυσιολογικές συνδέσεις και καταγραφές, τότε αυτές οι περιοχές δεν κατορθώνουν να δημιουργήσουν ένα «σφικτό δίκτυο», και το άτομο οδηγείται έτσι, καθώς μεγαλώνει, σε διαταραγμένη συμπεριφορά. Οι πρώτοι 18-24 μήνες είναι αποφασιστικής σημασίας για να δημιουργηθεί με τον σωστό τρόπο αυτό το «σφικτό δίκτυο».

Αυτή η ιστορία ανατυπώνεται εδώ από τη συγγραφέα με την άδεια του Dr Harry T. Chugani.

Έλλειψη Ύπνου

Πολλά παιδιά κοιμούνται κάθε μέρα μία ή δύο ώρες λιγότερο από όσο χρειάζεται ο εγκέφαλός τους για μία υγιή ανάπτυξη (Gurian, 2007). Η έλλειψη ύπνου στερεί τον απαραίτητο χρόνο από τον εγκέφαλο για να ολοκληρώσει την εξέλιξή του, όπως επίσης στερεί και από τα κύτταρα του σώματος τον απαραίτητο χρόνο για να ανανεωθούν. Η έλλειψη ύπνου στα παιδιά έχει και μία ακόμη αρνητική συνέπεια – προκαλεί αντικοινωνική συμπεριφορά. Τα παιδιά που είναι κουρασμένα, γκρινιάζουν, κάνουν φασαρία και δεν ενδιαφέρονται να πάρουν μέρος σε κοινωνικές δραστηριότητες. Οι ερευνητές λένε ότι τα παιδιά που δεν κοιμούνται όσο πρέπει έχουν

περισσότερες πιθανότητες να μην τα πηγαίνουν καλά με τα μαθήματα τους και έχουν την τάση να είναι μονίμως αυθάδη (Gurian, 2007).

Στους εγκεφάλους των μικρών παιδιών γίνονται τώρα οι συνδέσεις και οι καταγραφές που θα καθορίσουν τη μελλοντική τους στάση, και η διαδικασία αυτή προχωρεί με βάση τις εμπειρίες που έχουν τα παιδιά στην καθημερινή τους ζωή. Αν οι εμπειρίες αυτές είναι αντικοινωνικής φύσης, τότε οι σχετικές καταγραφές στα εγκεφαλικά τους κύτταρα θα οδηγήσουν σε αντικοινωνικές συμπεριφορές. Τα παιδιά χρειάζονται οκτώ με δέκα ώρες ύπνου κάθε μέρα, ενώ τα νήπια και τα βρέφη που μόλις κάνουν τα πρώτα τους βήματα έχουν ανάγκη από ακόμη περισσότερο ύπνο.

Επιδράσεις της Τηλεόρασης και των Ηλεκτρονικών Υπολογιστών στην Κοινωνική Νοημοσύνη

Τόσο οι ηλεκτρονικοί υπολογιστές όσο και η τηλεόραση είναι αντικοινωνικοί μηχανισμοί. Κανένας από αυτούς δεν απαιτεί την πρόσωπο με πρόσωπο επικοινωνία ανάμεσα στους ανθρώπους. Αντίθετα, και οι δύο παρασύρουν τα παιδιά στο μοναχικό παιχνίδι.

Κατά τον πρώτο χρόνο της ζωής, ο εγκέφαλος ενός βρέφους αναπτύσσει το δικό του ιδιαίτερο δίκτυο συνδέσεων και καταγραφών, μέσα από τις αμοιβαίες σχέσεις με τους άλλους. (Δείτε και τις προηγούμενες παραγράφους, σχετικά με τους κατοπτρικούς νευρώνες και τα ατρακτοειδή κύτταρα). Μέσα από την επικοινωνία μεταξύ των ανθρώπων, δημιουργούνται οι συνάψεις. Τα βρέφη έχουν ανάγκη να τα αγγίζουμε, να τους μιλάμε και να τα προσέχουμε. Η τηλεόραση, όπως και όλα τα μηχανήματα που διαθέτουν οθόνη και διεγείρουν την προσοχή μας, μπορεί να ανακόψει την πορεία της ανάπτυξης του εγκεφάλου (Gurian, 2007· Jensen, 2005). Η Αμερικανική Ιατρική Ένωση, όπως και κάθε άλλη Ιατρική Ένωση που έχει μελετήσει την επίδραση της τηλεόρασης στην ανάπτυξη

του εγκεφάλου κατά την πρώτη παιδική ηλικία, συστήνει να αποφεύγουμε να αφήνουμε τα παιδιά κάτω των δύο ετών να παρακολουθούν τηλεόραση.

Στο βιβλίο της «*Endangered Minds*», η Dr Jane Healy αναφέρεται στην πρωταρχική ανάγκη τα ίδια τα παιδιά να συμμετέχουν ενεργά στη δημιουργία των συνδέσεων και των καταγραφών μέσα στον εγκέφαλό τους. Λέει: «Ένας “καλός” εγκέφαλος, κατάλληλος για μάθηση, αναπτύσσει καλοστρωμένες και πλατιές νευρολογικές οδούς που μπορούν γρήγορα και αποτελεσματικά να μεταβιβάσουν τα διαφορετικά τμήματα ενός έργου που πρέπει να ολοκληρωθεί, το καθένα στο πιο πρόσφορο για την εκτέλεσή του σύστημα... Η αποτελεσματικότητα αυτή μπορεί να αναπτυχθεί μόνο με την ενεργή άσκηση στη σκέψη και τη μάθηση, η οποία, με τη σειρά της, οικοδομεί όλο και πιο ισχυρές συνδέσεις».

Η Dr Healy συνεχίζει υποστηρίζοντας πως η υπερβολική παρακολούθηση τηλεόρασης μπορεί να επηρεάσει αρνητικά την ανάπτυξη αυτών των οδών του εγκεφάλου και αυτών των ικανοτήτων, διότι είναι κατά κύριο λόγο μία παθητική δραστηριότητα. Όχι μόνο δεν προσφέρει στον εγκέφαλο τη δυνατότητα να αναπτυχθεί αλλά αντιθέτως τον εμποδίζει καταλαμβάνοντας τη θέση της ενεργητικής σκέψης και της εξερεύνησης.

Μία όλο και πιο έντονη υποψία μεταξύ των ερευνητών που ασχολούνται με τον ανθρώπινο εγκέφαλο, είναι ότι οι ηλεκτρονικοί υπολογιστές φέρουν το ίδιο ακριβώς αποτέλεσμα. Στερούν τα παιδιά από δραστηριότητες που είναι απολύτως αναγκαίες για την ανάπτυξη του εγκεφάλου.

ΕΠΤΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ-ΚΛΕΙΔΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΠΙΤΥΧΙΑ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ

Στις προηγούμενες δύο δεκαετίες, η έρευνα για τη λειτουργία του εγκεφάλου έδειξε ότι τα προσχολικά χρόνια είναι ένα πολύ

σημαντικό στάδιο στην ανάπτυξη του παιδιού. Απέδειξε επίσης πόσο σημαντικές είναι οι πρώτες εμπειρίες για τη δημιουργία των σωστών συνδέσεων σε όλους τους τομείς της ανάπτυξης: την κοινωνική, συναισθηματική, κινητική, διανοητική και γλωσσική ανάπτυξη του ανθρώπου.

Αυτό που ήδη από δεκαετίες γνώριζαν οι δάσκαλοι, το επιβεβαίωσε η επιστημονική κοινότητα με τις έρευνές της: υπάρχει μία βαθιά σύνδεση ανάμεσα στην κοινωνικο-συναισθηματική ικανότητα του παιδιού και την ετοιμότητά του να προσαρμοστεί στις απαιτήσεις του σχολείου. Στη μελέτη τους πάνω στην κοινωνική και τη συναισθηματική νοημοσύνη, οι Mitchell και Glossop (2005) κατέληξαν στο εξής:

Η κοινωνική και η συναισθηματική νοημοσύνη έχουν μεγάλη σημασία για τη «μαθησιακή ετοιμότητα» ενός παιδιού. Για το πόσο έτοιμο, δηλαδή, είναι ένα παιδί να συγκρατήσει και να μάθει αυτά που θα του διδάξουν στο σχολείο. Αυτή η ετοιμότητα εξαρτάται από επτά στοιχεία-κλειδιά, όπως αυτά προσδιορίστηκαν από την έρευνα:

Αυτοπεποίθηση
Περιέργεια
Ικανότητα να θέτει στόχους
Αυτοέλεγχος
Ικανότητα να δημιουργεί σχέσεις
Επικοινωνία
Ικανότητα να συνεργάζεται

Παρόλο που η έρευνα λέει ξεκάθαρα πως αυτά τα επτά στοιχεία-κλειδιά είναι οι πιο σημαντικοί παράγοντες για τη σχολική επιτυχία, συνεχίζουμε να επιμένουμε στην –όσο το δυνατόν νωρίτερα– «ακαδημαϊκή» εκπαίδευση των παιδιών. Κι όμως, η ετοιμότητα ενός παιδιού για το σχολείο δεν κρίνεται με βάση το πόσα γράμματα της αλφαβήτου γνωρίζει ήδη ή μέχρι ποιον αριθμό ξέρει να μετρά. Δεν εξαρτάται από το αν τα παιδιά ξέρουν από πολύ νωρίς