

Περιεχόμενα

● <i>Ανάπτυξη, μια πρόκληση που θα κερδίσουμε μαζί</i>	3
● <i>Δεν δέλω σουπά!</i>	5
● <i>Συμβουλές για να ξεπεράσετε τις προκλήσεις της οηπιακής ηλικίας</i>	27
Η αναπτυξιακή πρόκληση «δεν θέλω σουπά»	28
Γιατί είναι σημαντικό να κατακτήσετε αυτόν τον στόχο μαζί με το παιδί σας;	30
Πώς να βοηθήσετε ένα παιδί να νιώσει καλά την ώρα του φαγητού: τα στάδια της πρόκλησης	32
Τι να μην κάνετε	36
Δραστηριότητες και μικρές πρακτικές συμβουλές	38



Ανάπτυξη, μια πρόκληση που θα κερδίσουμε μαζί

Από τον **Alberto Pellai** και την **Barbara Tamborini**

Ανάπτυξη για ένα παιδί σημαίνει να γεμίζει το συναισθηματικό του «σακίδιο» με μικρές καθημερινές κατακτήσεις. Μετά την πρώτη νηπιακή ηλικία, όπου κάθε του ανάγκη ικανοποιείται από τους μεγάλους προτού καν τη σκεφτεί το ίδιο, το παιδί των 3-6 ετών αντιλαμβάνεται ότι μπορεί να κάνει πράγματα και μόνο του: *Τα κατάφερα! Μπορώ να το κάνω!* Αυτές οι σκέψεις αυξάνουν σταδιακά την αυτοεκτίμησή του.

Κάθε κατάκτηση δίνει στο παιδί μια αίσθηση δύναμης και θάρρους. Παρ' όλα αυτά δεν μπορεί να κατακτήσει τα πάντα. Οι γονείς πρέπει να του δώσουν τα ερεθίσματα και να διευρύνουν την αντίληψή του για το τι είναι εφικτό, έτσι ώστε το παιδί να πετύχει τους στόχους του: να φάει μόνο του, να αποδεχτεί ένα «όχι», να «μοιραστεί» με τους γονείς του το αδελφάκι του. Προκλήσεις που γυμνάζουν τους «μυς των συναισθημάτων» του και που, όταν συνδυάζονται σωστά, το κάνουν να νιώθει δυνατό και ασφαλές.

Αν έχετε ένα παιδί ηλικίας 3-6 ετών, θα ξέρετε ότι η συνεργασία είναι ο καλύτερος τρόπος για την επίτευξη των στόχων του. Στην ηλικία αυτή τα παιδιά διαμορφώνουν βασικές σκέψεις, συνδέουν μια πράξη με τις συνέπειές της και κάνουν προβλέψεις. Μετατρέψτε την πρόκληση σε ευκαιρία και συνεργαστείτε: *Μαζί θα μάθουμε να κοιμόμαστε ο καθένας στο δικό του κρεβάτι! Μαζί θα δοκιμάσουμε πολλές γεύσεις! Χρειάζομαι τη βοήθειά σου για να τακτοποιήσουμε το δωμάτιό σου.* Τα βιβλία αυτής της σειράς σας προσφέρουν έναν οδηγό (και τις κατάλληλες λέξεις) για να βοηθήσετε το παιδί σας να κατανοήσει τη σημασία της «αναπτυξιακής

πρόκλησης». Ουσιαστικά, τα βιβλία αυτά διευκολύνουν τη **συμμαχία για την ανάπτυξη** ανάμεσα στους ενήλικες και τα παιδιά.

Σε κάθε βιβλίο της σειράς υπάρχει ένα μέρος με εικονογραφημένα να-νουρίσματα, τα οποία θα διαβάσετε στα παιδιά για να τα βοηθήσετε να νιώσουν δυνατά και ασφαλή. Αυτό είναι το σημείο συνάντησης των «απλοϊκών» σκέψεων του παιδιού με τη σύνθετη αντίληψη του ενήλικα: ένα μέρος μαγικό, όπου θα χτίσετε μια ισχυρή και άρρηκτη συμμαχία. Οι έννοιες και οι ιδέες εκφράζονται με έμμετρο τρόπο, έτσι ώστε ως γονείς να επικοινωνήσετε αποτελεσματικά με τα παιδιά σας και να μεταφέρετε το μήνυμά σας εύστοχα και ευφάνταστα. Τότε το κρεβάτι γίνεται ζεστή φωλιά και η σούπα μαγικός ζωμός για τους μικρούς σας εξερευνητές.

Στις τελευταίες σελίδες θα βρείτε πολύτιμες συμβουλές για την ανατροφή, θα ξεπεράσετε τις αμφιβολίες σας και θα μάθετε να αποφεύγετε τα πιο συχνά λάθη και τις αδιέξοδες καταστάσεις που προκαλούν εντάσεις.

Κάθε παιδί είναι διαφορετικό, όπως άλλωστε και κάθε γονιός. Ο καθένας σας λοιπόν έχει τη δυνατότητα να ερμηνεύσει τις συμβουλές και τις μετατρέψει σε πράξη με τον δικό του τρόπο.



ΔΕΝ
Θέλω
ΣΟΥΠΑ!







«Φτάνει η ώρα που θα *φάμε*, επιτέλους, και πεινάμε,
σούπα είναι, δεν τη θέλω, για σουβλάκι τώρα πάμε.
Θέλω παγωτό χωνάκι και κροκέτες με τυράκι,
πίτσα και μακαρονάκι και κοτόπουλο μπουτάκι».

ALBERTO PELLAI

Ο **Alberto Pellai**, γιατρός και ψυχοθεραπευτής νηπιακής ηλικίας, είναι ερευνητής στο Τμήμα Βιοϊατρικών Επιστημών του Πανεπιστημίου του Μιλάνου, όπου ειδικεύεται στην πρόληψη κατά τη διάρκεια της νηπιακής ηλικίας. Το 2004 βραβεύτηκε για την προσφορά του στον τομέα της δημόσιας υγείας. Είναι συγγραφέας πολλών βιβλίων για γονείς, εκπαιδευτικούς, εφήβους αλλά και παιδιά.

BARBARA TAMBORINI

Η **Barbara Tamborini** είναι ψυχοπαιδαγωγός και συγγραφέας. Οργανώνει και πραγματοποιεί σεμινάρια σε σχολεία για όλες τις τάξεις, καθώς και εκπαιδευτικές δραστηριότητες για δασκάλους και γονείς. Έχει συγγράψει βιβλία για γονείς μαζί με τον Alberto Pellai. Είναι μητέρα τεσσάρων παιδιών.