

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΕΥΧΑΡΙΣΤΗΡΙΟ 21

ΕΙΣΑΓΩΓΗ 23

Κεφάλαιο 1

Γνωριμία με τον κόσμο του βρέφους

Το μωρό κλαίει 25

Τι θα πρέπει να γνωρίζετε... 26

Τι μπορείτε να κάνετε... 27

Το πρώτο χαμόγελο 27

Τι σημαίνει, πράγματι, αυτό το χαμόγελο; 28

Ώρα του μπάνιου 29

Πώς θα βοηθήσετε το μικρό σας

να μην φοβάται το νερό... 29

Κεφάλαιο 2

Διατροφή

Πότε το παιδί μπορεί να τρώει μαζί σας 31

Τι θα πρέπει να γνωρίζετε... 32

Όταν τρώει λίγο 33

Αιτίες που πιθανόν προκαλούν ανορεξία στο παιδί... 34

Τι μπορείτε να κάνετε... 34

Κεφάλαιο 3

Υπνος

Από την κούνια στο κρεβάτι 37

Τι μπορείτε να κάνετε... 38

Αρνείται να κοιμηθεί το μεσημέρι 39

Τι μπορείτε να κάνετε... 40

Έχει άγχος την ώρα του ύπνου 41

Τι θα πρέπει να γνωρίζετε... 42

Βοηθήστε το παιδί να αντιμετωπίσει

ένα άσχημο όνειρο 43

Τι μπορείτε να κάνετε... 43

Κεφάλαιο 4

Σεξουαλικότητα

Το «παιχνίδι του γιατρού» 45

Γιατί αρέσει στα παιδιά; 45

Τι θα πρέπει να γνωρίζετε... 46

Το παιδί αυνανίζεται 47

Τα αίτια του αυνανισμού σε μικρή ηλικία 48

Τι θα πρέπει να γνωρίζετε... 49

Όταν το αγόρι σας παίζει με κούκλες 50

Πώς θα χειριστείτε το θέμα... 52

Σεξουαλική παρενόχληση 53

Ενδείξεις που κινούν υποψίες ότι κάτι συμβαίνει... 53

Τι μπορείτε να κάνετε... 54

Πρόληψη – Πώς θα μάθει το παιδί να αντιδρά 55

Κεφάλαιο 5

Φόβοι – άγχος – κατάρτιση

Τι φοβούνται τα παιδιά; 57

Τι θα πρέπει να γνωρίζετε... 57

Θυμηθείτε ότι... 59

Είναι φοβητσιαρικοί; 60

Τι θα πρέπει να γνωρίζετε... 60

Θυμηθείτε ότι... 61

Φόβος για τα ζώα 62

Τι θα πρέπει να γνωρίζετε... 63

Το παιδί παρουνιάζει άγχος 64

Λόγοι που συμβάλλουν στην εμφάνιση άγχους... 64

Έχει άγχος όταν... 65

Η κατάθλιψη στο παιδί 66

Τι θα πρέπει να προσέχετε... 67

Παράγοντες κινδύνου 68

Τι μπορείτε να κάνετε... 69

Κεφάλαιο 6

Κακές συνήθειες του παιδιού

Το παιδί πιπιλάει το δάχτυλό του 71

Γιατί συμβαίνει αυτό; 71

Πότε το παιδί βάζει το δάχτυλο στο στόμα... 72

Τι θα πρέπει να γνωρίζετε... 73

Πιπίλα: Είναι εύκολο να τη σταματήσει; 74

Η πρώτη επαφή του παιδιού με την πιπίλα 74

Πώς θα κόψετε την πιπίλα... 75

Ονυχοφαγία 76

Τι μπορείτε να κάνετε... 76

Κεφάλαιο 7

Φιλία

Είναι σημαντικό το παιδί να έχει φίλους 79

Η δύναμη της φιλίας 80

Τι μπορείτε να κάνετε... 81

Δεν μοιράζεται παιχνίδια του 82

Τι μπορείτε να κάνετε... 83

Κάνει παράπονα για το φίλο του 83

Όταν παρουσιάζονται δυσκολίες στις φιλίες... 84

Κεφάλαιο 8

Ζήλια

Ζηλεύει το αδελφάκι του 87

Τι θα πρέπει να γνωρίζετε... 88

**«Μαμά, ποιον αγαπάς πιο πολύ,
εμένα ή τη Λυδία;» 89**

Πώς να το χειριστείτε... 90

Πρέπει να παρεμβαίνουμε

όταν τα αδελφία τσακώνονται; 91

Τι θα πρέπει να γνωρίζετε... 91

Κεφάλαιο 9

Ψυχαγωγία

Παιδί σημαίνει παιχνίδια 93

Πού βοηθά το παιχνίδι;	93
Τα είδη παιχνιδιού	94
Παιχνίδια που προτιμούν...	95
Από 9 μέχρι 12 μηνών	95
Από 12 μέχρι 24 μηνών	95
Από 3 μέχρι 4 χρόνων	95
Από 4 μέχρι 6 χρόνων	96
Για τα παιδιά σχολικής ηλικίας	96
Τι θα πρέπει να γνωρίζετε...	97
Το παιδί «παίζει πάλαι ποτέ»	99
Τι θα πρέπει να γνωρίζετε...	99
Παραμύθι: πόσο σημαντικό είναι	100
Πού βοηθά το παραμύθι...	102
Παιδική χαρά	103
Τι θα πρέπει να γνωρίζετε...	104
Η πρώτη βόλτα του παιδιού με το λεωφορείο	105
9	
Τι μπορείτε να κάνετε...	106
Επιλέγετε σωστά τα ηλεκτρονικά παιχνίδια	107
Τι θα πρέπει να γνωρίζετε...	108
Μια μέρα στο τσίρκο	109
Ενημερώστε το πώς είναι το τσίρκο...	110
Μια ξεχωριστή παράσταση	111
Τι μπορείτε να κάνετε...	112
Κεφάλαιο 10	
Ασθένεια και παιδί	
Φοβάται τον παιδίατρο	113
Βοηθήστε το παιδί σας να ξεπεράσει το φόβο του	114
Αρνείται να πάρει το φάρμακό του	115
Τι μπορείτε να κάνετε...	116
Το παιδί πρέπει να πάει στο νοσοκομείο	117
Τι μπορείτε να κάνετε...	118
Όταν ο ένας γονιός νοσηλεύεται	119
Τι μπορείτε να κάνετε...	119
Κεφάλαιο 11	
Τα πρώτα σχολικά χρόνια	
Το παιδί αρνείται να πάει στον παιδικό σταθμό	121
Ορισμένοι λόγοι της άρνησης...	122
Τι κάνει στον παιδικό σταθμό;	124
Τι θα πρέπει να γνωρίζετε...	124
Η ώρα της μελέτης	125
Τι θα πρέπει να γνωρίζετε...	126
Οι εξωσχολικές δραστηριότητες	127
Το παιδί πιέζεται όταν...	128
Περιεχόμενα	

Τι μπορείτε να κάνετε... 129
Θαυμάζει τη δασκάλα του 130
Συνεργασία γονιού-δασκάλου 131
Τι μπορείτε να κάνετε... 132
Το παιδί είναι επιθετικό στο σχολείο 133
Επιθετικότητα συνήθως παρουσιάζουν... 133
Τι θα πρέπει να γνωρίζετε... 134
Ο ρόλος του εκπαιδευτικού 135
**«Οι συμμαθητές μου
δεν με κάνουν να παρξά!»** 135
Γιατί συμβαίνει αυτό; 135
Τι μπορείτε να κάνετε... 136
Από το Δημοτικό στο Γυμνάσιο 138
Βοηθήστε το παιδί σας να προσαρμοστεί... 138
Κεφάλαιο 12
**Πώς επηρεάζονται τα παιδιά
από τα αρνητικά γεγονότα**
Μια δυσάρεστη είδηση 141
Τι μπορείτε να κάνετε... 141
Πώς επιδρούν οι καταστροφές στο παιδί 143
Πόσο επηρεάζεται; 143
Πιθανά συμπτώματα 144
Τι μπορείτε να κάνετε... 145
**Επηρεάζεται το παιδί από τις ειδήσεις
στην τηλεόραση;** 146
Τι μπορείτε να κάνετε... 147
Ενημερώστε το παιδί για τον πόλεμο 148
Πώς αντιλαμβάνονται αυτή την είδηση 148
Τι μπορείτε να κάνετε... 149
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 13
Οικογενειακή ζωή
«Πότε να κάνω δεύτερο παιδί;» 151
Καλό είναι να ξέρετε ότι... 152
Πρωτότοκα και δευτερότοκα παιδιά 153
Τι θα πρέπει να γνωρίζετε... 153
Το παιδί με ειδικές ανάγκες 155
Τι μπορείτε να κάνετε... 156
**«Ποιον αγαπάς πιο πολύ, τη μαμά
ή τον μπαμπά;»** 157
Τι θα πρέπει να γνωρίζετε... 157
Φωνάζει διαρκώς τη μαμά 158
Αναρωτηθείτε... 160
«Δεν θέλω να αγκαλιάσεις τη μαμά» 161
Τι μπορείτε να κάνετε... 162
Αντιμετωπίζοντας το διαζύγιο 163
Τι μπορείτε να κάνετε... 164
**Μετά το διαζύγιο, η μητέρα μόνη
με τα παιδιά** 165

Τι μπορείτε να κάνετε... 166
Διακοπές με τη μαμά ή τον μπαμπά; 167
Πώς να το χειριστείτε... 167
«Αν έχω νέα σχέση να πάρω μαζί τον/τη σύντροφό μου;» 168
«Θέλω να πάρω το μικρό μου παιδί για διακοπές» 169
Το σαββατοκύριακο της οικογένειας 170
Κάποιες προτάσεις... 171
Όταν ο πατέρας ταξιδεύει συχνά 172
Πώς θα το ενημερώσετε... 173
Πώς θα καθησυχάσετε το παιδί... 174

Κεφάλαιο 14

Διακοπές με το παιδί
Οργανώνοντας τις διακοπές σας 175
Ο σωστός προγραμματισμός των διακοπών 176
Τι θα πρέπει να αποφεύγετε... 177
Ταξίδι με το αυτοκίνητο 178
Τι μπορείτε να κάνετε... 178
Παιδί και θάλασσα 179
Πρώτη φορά στην παραλία 179
Βοηθήστε το να εξοικειωθεί με τη θάλασσα 180
Τι θα πρέπει να γνωρίζετε... 181
Προσαρμογή στην κατασκήνωση 182
Πού βοηθά η κατασκήνωση το παιδί 183
Σε ποια ηλικία μπορεί να πάει στην κατασκήνωση 183
Η επιλογή της κατασκήνωσης 184
Προετοιμάστε το παιδί... 184

Κεφάλαιο 15

Ψυχοκοινωνικά θέματα
Ο γονιός είναι ανεργός 187
Τι μπορείτε να κάνετε... 188
Τι θα πρέπει να αποφεύγετε... 189
Μετακόμιση σε νέο σπίτι 190
Πώς θα βοηθήσετε το παιδί να προσαρμοστεί 191
Η επίσκεψη των φίλων με τα παιδιά τους 192
Τι μπορείτε να κάνετε... 193
Παιδί και ζώα - μια ιδιαίτερη σχέση 194
Προτού φέρετε το ζώο στο σπίτι... 196
Τι συμβολίζουν τα παιδικά σχέδια; 197
Πώς αξιολογείται το παιδικό ιχνογράφημα; 199
13
«**Μαμά, ο Άγιος Βασίλης υπάρχει;**» 200
Πότε το παιδί μαθαίνει την αλήθεια... 201
Τι μπορείτε να πείτε... 202
Τα ατυχήματα στο σπίτι 203
Τι θα πρέπει να γνωρίζετε... 203
Το παιδί που εργάζεται στα ΜΜΕ 205
Τι μπορείτε να κάνετε... 206

Κεφάλαιο 16

Διαπαιδαγώγηση

Ο θάνατος ενός αγαπημένου προσώπου 209

Τι μπορείτε να κάνετε... 209

Τι θα πρέπει να γνωρίζετε... 210

«Μας ρωτά για το Θεό...» 211

Τι μπορείτε να πείτε στα παιδιά... 212

Το παιδί μόνο του στο σπίτι; 213

Καθορισμός κανόνων 214

Ασφάλεια 215

Ημερήσιο πρόγραμμα 216

Οδική αγωγή του παιδιού 217

Τι μπορείτε να τους πείτε... 217

Η αξία των χρημάτων για ένα παιδί 219

Η στάση των γονιών 219

Σε ποια ηλικία να δώσετε χαρτζιλίκι 220

Όλα εξαρτώνται από την ωριμότητα του παιδιού 220

Παιδί και καταναλωτισμός 222

Πώς αισθάνεται το παιδί... 222

Η δική μας ευθύνη 223

Πώς μπορεί να αντιμετωπιστεί ο παιδικός καταναλωτισμός 223

Τσιγάρο, αλκοόλ και ναρκωτικά

- Πώς θα μιλήσετε στο παιδί σας 225

Τι μπορείτε να κάνετε... 225

Κεφάλαιο 17

Γενικά θέματα συμπεριφοράς

Ορια και κανόνες 229

Τι μπορείτε να κάνετε... 230

Τι θα πρέπει να αποφεύγετε... 231

Μας προκαλεί με τη συμπεριφορά του 231

Γιατί συμβαίνει αυτό; 231

Πώς να το αντιμετωπίσετε... 232

Μάθετε να χειρίζεστε τα «όχι» του 234

Τι θα πρέπει να γνωρίζετε... 234

Ο θυμός του παιδιού 236

Τι θα πρέπει να γνωρίζετε... 236

Όταν ξεσπά... 237

Έχει επιθετική συμπεριφορά 238

Το παιδί αντιδρά με επιθετικότητα όταν... 238

Πώς ενισχύεται η επιθετική συμπεριφορά του... 238

Τι μπορείτε να κάνετε... 239

Η σωματική τιμωρία 240

Ποιες είναι οι επιπτώσεις της σωματικής

τιμωρίας στο παιδί 241

Λειτουργήστε με σύνεση 241

Θυμηθείτε ότι... 243

Τι θα πρέπει να αποφεύγετε... 243
Το παιδί γίνεται αδιάκριτο 244
Τι μπορείτε να κάνετε... 245
15
Το παιδί είναι αδέξιο 246
Πώς να το βοηθήσετε... 246
Όταν έρχεται σε δύσκολη θέση 247
Τι θα πρέπει να γνωρίζετε... 248
Είναι εξαρτημένο από τους γονείς 249
Τι μπορείτε να κάνετε... 250
Δεν του αρέσει να χάνει 251
Τι μπορείτε να κάνετε... 252
Παραπονιέται ότι βαριέται 253
Τι θα πρέπει να κάνετε... 253
Το παιδί λέει άσχημες κουβέντες 254
Τι μπορείτε να κάνετε... 255
Επιμένει να φορέσει ό,τι θέλει εκείνο 256
Τι μπορείτε να κάνετε... 257
«Πώς θα γίνει το παιδί μου ευγενικό;» 258
Τι θα πρέπει να γνωρίζετε... 258
Κανόνες καλής συμπεριφοράς 260
Λέει φέματα 261
Τι μπορείτε να κάνετε... 262
Τι θα πρέπει να αποφεύγετε... 263
Το ντροπαλό παιδί 264
Χαρακτηριστικά των ντροπαλών παιδιών 265
Τι θα πρέπει να γνωρίζετε... 265
Τι θα πρέπει να αποφεύγετε... 267
Στο κατώφλι της εφηβείας 267
Τι μπορείτε να κάνετε... 268
Πότε να ανησυχείτε για τη συμπεριφορά του παιδιού 269
Στοιχεία που θα σας προβληματίσουν... 270
Τι μπορείτε να κάνετε... 270
Κεφάλαιο 18
Επικοινωνήστε με το παιδί
Αποτελεσματικοί τρόποι επικοινωνίας 271
Τι θα πρέπει να γνωρίζετε... 272
Μήπως το παιδί νιώθει ενοχές; 273
Με ποιον τρόπο; 274
Τι μπορείτε να κάνετε... 274
Όταν το παιδί δεν σας μιλάει, αυτά που το απασχολούν 275
Τι μπορείτε να κάνετε... 276
Προσοχή στον τρόπο που του μιλάτε 277
Μάθετε να ακούτε... 278
Τι μπορείτε να κάνετε... 279
Πώς θα ήθελε το παιδί σας να του φέρεστε 280
Ιατροπαιδαγωγικοί σταθμοί

υπουργείου Υγείας & Πρόνοιας 282
Βιβλιογραφία 284