

ΠΕΝΘΟΣ. ΜΙΑ ΟΛΙΣΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΤΟΥ
ΘΑΝΑΤΟΥ. ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΑΠΟ
ΤΟΝ/ ΤΗΝ ΕΦΗΒΟ / Η



Μετέχοντες Σπουδαστές:

Συνεφιάς Γιώργος

Κούση Σπυριδούλα

Υπεύθυνη Έκπαιδευτικός

Γαϊτάνη Ρεγγίνα

Καθηγήτρια Εφαρμογών

Πτυχιακή Εργασία για τη λήψη του πτυχίου στην Κοινωνική Εργασία από το Τμήμα Κοινωνικής Εργασίας της Σχολής Επαγγελματιών Υγείας και Πρόνοιας του Τεχνολογικού εκπαιδευτικού Ιδρύματος (Τ.Ε.Ι) Πάτρας.

ΠΑΤΡΑ Οκτώβριος 1998

ΑΡΙΘΜΟΣ
ΕΙΣΑΓΩΓΗΣ

2641

Μια ολιστική προσέγγιση του θανάτου. Αντιμετώπιση από τον / την έφηβο / η.

Η τριμελής επιτροπή για την έγκριση της πτυχιακής εργασίας

Υπογραφή

Υπογραφή

Υπογραφή

ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΗ

Θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε για την πολύτιμη βοήθειά τους, τους κυρίους των κάτωθι υπηρεσιών οι οποίοι πολύ πρόθυμα δέχθηκαν να μας παραχωρήσουν υλικό από τις υπηρεσίες τους, προκειμένου να διεκπεραιωθεί η μελέτη μας.

- Δημοτική Βιβλιοθήκη Άρτας.
- Δημοτική Βιβλιοθήκη Πατρών .
- Βιβλιοθήκη ΤΕΙ Πατρών.
- Βιβλιοθήκη Εθνικού κέντρου Ερευνών.
- Βιβλιοθήκη Ινστιτούτου Κοινωνικών και Ιατρικών Ερευνών.
- Δημοτική Βιβλιοθήκη Χαλκίδας.
- Νομαρχία Εύβοιας
- Βιβλιοθήκη ΤΕΙ Αθηνών
- Εκκλησιαστική Βιβλιοθήκη ενορίας Αγίου Ιωάννου Χαλκίδας - Εύβοιας.

Ιδιαίτερα ευχαριστούμε την εισηγήτρια της μελέτης μας κ. Γαϊτάνη Ρεγγίνα για την καθοδήγηση, τις πολύτιμες συμβουλές, την εμπύχωση και ιδιαίτερα την αγάπη που μας προσέφερε.

Επίσης αποδίδουμε την ευγνωμοσύνη μας στον βιβλιοθηκάριο κύριο Χρήστο Φωτόπουλο της βιβλιοθήκης ΤΕΙ Πατρών, για την αμέριστη

συμπάρσταση και βοήθεια που μας προσέφερε καθ' όλη τη διάρκεια της μελέτης μας.

Ακόμη θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε την Κοινωνική Λειτουργό κυρία Όλγα Σεργίου (εργαζόμενη στην Κοινωνική Πρόνοια Χαλκίδας - Νομαρχία Εύβοιας) για τις χρήσιμες πληροφορίες και το πολύτιμο βιβλιογραφικό υλικό, που μας παρείχε.

Τέλος θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε και τον «πατέρα» Κωνσταντίνο Μάνο διευθυντή του Γηροκομείου Χαλκίδας για τις πολύτιμες εισηγήσεις που μας παρείχε, αναφορικά με το θέμα το οποίο εξετάζουμε.

ΠΕΡΙΛΗΨΗ ΜΕΛΕΤΗΣ

Η μεθοδολογία η οποία ακολουθήθηκε για την μελέτη του θέματος: «Πένθος. Μια ολιστική προσέγγιση του θανάτου. Αντιμετώπιση από τον / την έφηβο / η» είναι η βιβλιογραφική ανασκόπηση και εμβάθυνση.

Ξεχωρίσαμε και ασχοληθήκαμε με τους παρακάτω βασικούς τομείς:

- Ιστορική αναδρομή και έκταση του προβλήματος .
- Συστηματική εμβάθυνση και ανάλυση όλων των τομών και πτυχών εκείνων που συνδέουν την προσωπικότητα και ιδιοσυστασία ενός εφήβου.
- Προσέγγιση και αναγνώριση του στενού οικογενειακού περιβάλλοντος μέσα στο οποίο ζει και αναπτύσσεται ο έφηβος.
- Αναλυτική εμβάθυνση και γνωριμία με την πολύπτυχη πένθιμη περίοδο και τις επιδράσεις που ασκεί πάνω στη ζωή του έφηβου.
- Συγκεκριμενοποίηση των αλλαγών που επισυμβαίνουν στη ζωή του έφηβου αλλά και στην ίδια την οικογένεια του, καθώς περνούν εκείνος και η οικογένειά του μέσα από την πολύπλοκη περίοδο τις πένθιμης διαδικασίας.
- Συμπεράσματα και Προτάσεις .

Επίσης θα θέλαμε να κάνουμε μια αναφορά στα προσωπικά κίνητρα που μας ώθησαν να ασχοληθούμε με το ανωτέρω θέμα:

Αφορμή για την επιλογή του θέματος αποτελεί σε ένα άρθρο του περιοδικού «Εκλογή», το οποίο αναφέρεται στη Συμπτωματολογία και στο χειρισμό του απροσδόκητου πένθους (1978).

Την πραγματική αιτία για να διαλέξουμε το συγκεκριμένο θέμα αποτέλεσε η συγκλονιστική για μας εμπειρία να ζήσουμε προσωπικά το «χαμό» συγγενών μας και ειδικότερα τον τρόπο με τον οποίο βίωσαν την απώλεια αυτών των προσώπων τα παιδιά τους, που διένυσαν τότε την εφηβική περίοδο της ζωής τους.

Ταυτόχρονα παρατηρήσαμε, ότι έχουν πραγματοποιηθεί μεμονωμένες μελέτες για τα θέματα πένθος και εφηβεία αντίστοιχα, χωρίς να έχει εξεταστεί εκτενώς και συστηματικώς το θέμα του τρόπου, με τον οποίο βιώνει ο έφηβος τον χαμό του γονέα και το επικείμενο πένθος.

Επιπλέον η επιστήμη της Κοινωνικής Εργασίας σίγουρα θα πρέπει να ασχοληθεί και να ανιχνεύσει συστηματικά τις πτυχές αυτής της κρίσιμης περιόδου της ζωής του ανθρώπου, οπότε για μας ήταν ζήτημα αρχής να γνωρίσουμε πιο μπορεί και πρέπει να είναι το μέγεθος της προσφοράς μας ως μελλοντικοί επαγγελματίες κοινωνικοί λειτουργοί.

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

| | |
|--|----|
| ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΗ | II |
| ΠΕΡΙΛΗΨΗ ΜΕΛΕΤΗΣ | IV |
| ΚΕΦΑΛΑΙΟ I | 1 |
| ✓ ΕΙΣΑΓΩΓΗ | 1 |
| ✓ Το Πρόβλημα | 5 |
| ✓ Σκοπός της Μελέτης | 7 |
| Ορισμοί όρων | 9 |
| ΚΕΦΑΛΑΙΟ II | 14 |
| ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ | 14 |
| ΚΕΦΑΛΑΙΟ III | 15 |
| ✓ Α. Η οικογένεια ως πρωταρχικός θεσμός κοινωνικοποίησης | 15 |
| ✓ Β. Βασικές προϋποθέσεις ομαλής κοινωνικοποίησης του εφήβου | 16 |
| Γ. Ανάγκες που καλύπτει η οικογένεια | 18 |
| Δ. Ο παιδαγωγικός χαρακτήρας της οικογένειας | 20 |
| Ε. Οι γονείς και ο «ψυχολογικός αποθλασμός του εφήβου | 23 |
| ΣΤ. Πατρότητα - Πατρικό αίσθημα | 26 |
| Ζ. Ο ρόλος του πατέρα στην ανατροφή του εφήβου | 28 |
| Η. Μητρότητα - Μητρικό Αίσθημα | 31 |
| Θ. Η μητέρα κατά τη διάρκεια της εφηβικής ηλικίας | 34 |
| Ι. Ο ρόλος των αδελφών και η διαφορά τους από μια οικογένεια με έφηβο/η χωρίς αδέρφια. | 37 |
| ΚΕΦΑΛΑΙΟ IV | 41 |
| Α. Χρονολογική οριοθέτηση της εφηβείας | 41 |
| Β. Ιδιαίτερα χαρακτηριστικά της εφηβικής ηλικίας | 43 |
| Γ. Παράγοντες διαμόρφωσης εφηβικής ζωής. | 51 |
| ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΙΣ ΑΝΑΓΚΕΣ ΚΑΙ ΣΤΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΤΩΝ ΕΦΗΒΩΝ | 52 |
| Α. Προσωπικές ανάγκες και προβλήματα εφήβων. | 52 |
| Β. Ψυχοκοινωνικές ανάγκες και προβλήματα εφήβων | 58 |
| Γ. Χαρακτηριστικά εφηβικής συμπεριφοράς ενδεικτικά υψηλής επικινδυνότητας. | 61 |
| ΚΕΦΑΛΑΙΟ V | 62 |
| ✓ ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ | 62 |
| ✓ Α. Ιστορική θεώρηση θανάτου και πένθους στις βιομηχανικές κοινωνίες | 62 |
| ✓ Β. Αντίληψη θανάτου και πένθους στην Ελληνική Κοινωνία | 65 |

| | |
|---|-----|
| ✓ Α. Ψυχολογικοί παράγοντες _____ | 138 |
| α. Τα χαρακτηριστικά και η σημασία της χαμένης σχέσης _____ | 138 |
| β. Τα προσωπικά στοιχεία του πενθούντος _____ | 141 |
| γ. Οι συγκεκριμένες συνθήκες θανάτου _____ | 144 |
| ✓ Β. Κοινωνικοί παράγοντες _____ | 147 |
| ✓ Γ. Φυσικοί Παράγοντες _____ | 150 |
| ✓ Δ. Η σημασία της εξωτερίκευσης της θλίψης _____ | 152 |
| ✓ Ε. Ο ρόλος των καταπραϋντικών φαρμάκων στην περίοδο του πένθους _____ | 155 |

| | | |
|---|------------------|------------|
| ΚΕΦΑΛΑΙΟ VII _____ | ολο _____ | 157 |
| ✓ ΕΘΙΜΑ ΚΑΙ ΤΕΛΕΤΕΣ ΣΤΗΝ ΠΕΡΙΟΔΟ ΤΟΥ ΠΕΝΘΟΥΣ _____ | | 157 |
| Α. Οι θεραπευτικοί στόχοι των εθίμων και τελετών στην ομαλή διεργασία του αποχωρισμού _____ | | 157 |
| Β. Το μοιρολόγι και η θεραπευτική του αξία _____ | | 158 |
| Γ. Η φύλαξη του νεκρού πριν την επικήδεια τελετή στην οικία του _____ | | 160 |
| Δ. Η προετοιμασία του νεκρού και η θεραπευτική της αξία _____ | | 162 |
| Ε. Η θεραπευτική αξία της νεκρώσιμης ακολουθίας _____ | | 163 |
| ΣΤ. Η θεραπευτική αξία των συλλυπητηρίων _____ | | 167 |
| Ζ. Ο νεκρικός δείπνος και η χρησιμότητά του _____ | | 168 |
| Η. Η πένθιμη ενδυμασία και η θεραπευτική της αξία _____ | | 169 |
| Θ. Τα μνημόσυνα και η χρησιμότητά τους στην ομαλή διεργασία του αποχωρισμού _____ | | 171 |
| Ι. Η διατήρηση νεκρικών κτισμάτων ως μέσο θεραπευτικό για τον πενθούντα _____ | | 172 |
| ΙΑ. Η χρησιμότητα των νεκρικών εθίμων και τελετών _____ | | 173 |
| ΤΟ ΞΕΠΕΡΑΣΜΑ ΤΗΣ ΚΡΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΠΕΝΘΟΥΝΤΑ _____ | | 175 |
| Α. Η συμβολή των φυσικών προσώπων στην στήριξη του πενθούντος και στη χάραξη νέας πορείας στη ζωή του _____ | | 177 |
| Β. Ο ρόλος του κοινωνικού λειτουργού και η βοήθεια του στα διάφορα στάδια του πένθους _____ | | 179 |

| | | |
|--|--|------------|
| ✓ ΚΕΦΑΛΑΙΟ VIII _____ | | 187 |
| Α. Μονογονεϊκή οικογένεια - έφηβος και πένθος _____ | | 187 |
| ⓑ. Οι συνέπειες του πένθους πάνω στον έφηβο _____ | | 190 |
| Γ. Ψυχοκοινωνικές επιπτώσεις πάνω στον έφηβο από την απουσία του πατέρα _____ | | 193 |
| Δ. Οι ψυχοκοινωνικές επιπτώσεις που προκαλεί η απουσία της μητέρας πάνω στον έφηβο _____ | | 195 |
| Ε. Ο ρόλος της χήρας μητέρας μέσα στην οικογένεια και η σχέση που αναπτύσσει με τον/την έφηβο/η για κόρη της. _____ | | 197 |
| ΣΤ. Ο ρόλος του χήρου πατέρα μέσα στην οικογένεια και η σχέση που αναπτύσσει με τον / την έφηβο/η - γιο- κόρη του. _____ | | 200 |
| Στάση του οικογενειακού και φιλικού περιβάλλοντος μετά την «κρίση». _____ | | 203 |

Μια ολιστική προσέγγιση του θανάτου. Αντιμετώπιση από τον / την έφηβο / η.

| | |
|--------------------------|-----|
| ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΙΧ | 205 |
| ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ - ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ | 205 |
| ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ | 207 |
| ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ | 210 |

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Ι

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Για να υπάρξει ζωή πάνω στον πλανήτη μας απαραίτητη προϋπόθεση είναι τόσο η γέννηση ενός όντος όσο και ο θάνατός του. Ο θάνατος, όπως και η γέννηση, είναι ένα αναπόσπαστο κομμάτι της ανθρώπινης ύπαρξης, ανάπτυξης και εξέλιξης όπου οριοθετεί τη διάρκεια ζωής πάνω στον πλανήτη. Είναι ένα δυσάρεστο γεγονός, το οποίο πλήττει χωρίς διάκριση όλα τα έμυχα όντα της γης. Αρκετές φορές επέρχεται απροειδοποίητα, ενώ άλλες μετά από μια αναμενόμενη κατάσταση. †

Είναι γνωστό, ότι το θέμα του θανάτου απασχόλησε και απασχολεί όλες τις κοινωνίες και όλες τις κοινωνικές ομάδες που υπήρξαν μέχρι σήμερα. Η ποίηση και η λογοτεχνία τόσο η ελληνική όσο και η ξένη, έχει να επιδείξει αξιόλογα έργα, τα οποία έχουν περιεχόμενο το θέμα του θανάτου και το βίωμα του πένθους. Υπάρχουν όμως αρκετές σημαντικές διαφορές στον τρόπο που ερμηνεύεται και αντιμετωπίζεται ο θάνατος και το πένθος στους διάφορους πολιτισμούς και θρησκείες. Φυσικά δεν υπάρχει ανθρώπινη ομάδα που να καλοδέχεται το γεγονός του θανάτου, ωστόσο όμως κάποιες κοινωνίες έχουν μάθει να αντιμετωπίζουν το θάνατο πιο στωϊκά, αφομοιώνοντας την προσδοκία του μέσα στο νόημα που δίνουν στη ζωή.

Ο ρόλος της θρησκείας στη διαμόρφωση ιδέας για το θάνατο και στην αντιμετώπιση του πένθους είναι αναμφισβήτητος. Οι θρησκευτικές

αντιλήψεις καθορίζουν και διαμορφώνουν της αντίληψη για το θάνατο, ενώ προσδίδουν κάθε φορά διαφορετικό νόημα όσον αφορά την αντιμετώπισή του. Ωστόσο είναι κοινά αποδεκτό, ότι υπάρχουν θρησκείες, όπως ο Χριστιανισμός, όπου βοηθούν τα άτομα που πενθούν να εξωτερικεύουν τη θλίψη τους και να ολοκληρωθεί η πένθιμη περίοδος ομαλά.

Στη σημερινή εποχή ο θάνατος σε όλες σχεδόν τις βιομηχανικά ανεπτυγμένες κοινωνίες είναι ένα γεγονός που αντιμετωπίζεται ως «ταμπού». Λίγοι είναι αυτοί που άνετα μιλούν για το θέμα αυτό, ενώ αρκετοί είναι αυτοί που αποφεύγουν να ασχολούνται. Η σύγχρονη τεχνοκρατική κοινωνία, με όλα τα μέσα που διαθέτει, έκανε το γεγονός του θανάτου πιο τρομακτικό, μοναχικό, μηχανικό και απάνθρωπο. Η αστικοποίηση, η συσσώρευση δηλαδή όλο και περισσότερων ατόμων στις μεγαλουπόλεις, μειώνει την εμπειρία της γέννησης και του θανάτου μέσα στο φυσικό περιβάλλον, που προσφέρει η ζωή στην ύπαιθρο. Ο υπερτονισμός της παρούσας ζωής και η αίσθηση της παντοδυναμίας του ατόμου της σύγχρονης εποχής αποτελούν βασικά αίτια, που προκαλούν φόβο και αποστροφή από το γεγονός του θανάτου. Ακόμη και η πρόοδος της Ιατρικής επιστήμης πέρασε βαθμιαία την ιδέα της επιβράδυνσης του θανάτου. Ο φόβος του βίαιου θανάτου αυξήθηκε τρομερά. Με την τεχνολογική πρόοδο, ο ρόλος της θρησκείας στη διαμόρφωση ιδέας γύρω από το θάνατο άρχισε να περιορίζεται, ενώ πολλές ηθικές αξίες τείνουν να εκλείβουν.

Το πένθος στην ελληνική κοινωνία, όπως και σε όλες σχεδόν τις ανεπτυγμένες κοινωνίες τείνει να μετατραπεί σε μια εσωτερική κατάσταση. Ειδικά στις μεγάλες πόλεις τα συναισθήματα λύπης και πόνου δάβονται στο βαθμό της κοινωνικής αποδοχής. Η κατάργηση των εθίμων και τελετών, που βοηθούν στην εξωτερίκευση των συναισθημάτων αυτών, λειτουργεί αρνητικά στην ομαλή εξέλιξη και ολοκλήρωση της διαδικασίας του αποχωρισμού.

Η πένθιμη περίοδος θεωρείται κρίσιμη και καθοριστική στην ανάπτυξη και εξέλιξη του ατόμου που τη βιώνει. Ο πένθων καλείται από την έναρξη του πένθους μέχρι και την ολοκλήρωσή του, να περάσει μια σειρά από στάδια και φάσεις με πολλές ψυχολογικές διακυμάνσεις. Ωστόσο κατά την πένθιμη περίοδο είναι πιθανό να μην επιτευχθεί ομαλή έκβαση των σταδίων, με αποτέλεσμα τη δημιουργία παθολογικών συμπτωμάτων πένθους.

Όλοι οι άνθρωποι που πενθούν δεν περνούν από την ίδια διαδικασία θρήνου και μάλιστα, όταν αναφερόμαστε σε άτομα που βρίσκονται μέσα στην πολυσήμαντη και πολυποίκιλη περίοδο της εφηβικής ηλικίας. Η ηλικία αυτή χαρακτηρίζεται από διεξοδικές αναπτυξιακές αλλαγές, που γίνονται με ανεξέλεγκτη ταχύτητα, σκιαγραφεί ένα νέο πεδίο δράσης και αναφοράς, για όσους προσεγγίζουν το πένθος και τις ομώνυμες επιδράσεις του πάνω στον άνθρωπο. Είναι φυσικό λοιπόν το πένθος να βιώνεται με ιδιαίζοντα τρόπο από τον εκάστοτε έφηβο, ανάλογο της ιδιαίζουσας ψυχοσύνθεσης που τον χαρακτηρίζει ... (έφηβο).

Η περίοδος αυτής της ηλικίας, που σκιαγραφείται από την πιο ποικιλόμορφη και ρευστή συναισθηματική ζωή, όπου οι αλλαγές που επιτελούνται διαδέχονται η μια την άλλη, χαρακτηρίζει και επιβεβαιώνει την ιδιόζουσα θέση, που θα κατέχει η πένθιμη περίοδος μέσα στην ζωή του εφήβου.

Οι παράγοντες που επηρεάζουν και διαμορφώνουν την ζωή του εφήβου, και σ' αυτούς συγκαταλέγονται η οικογένεια και ο κοινωνικός του περίγυρος, θα διαδραματίσουν σημαντικό ρόλο και θα καθορίσουν τη μορφή του πένθους, τον τρόπο έκφρασης του πόνου, την ένταση και τη διάρκεια της θλίψης, καθώς και την υγιή έκβαση και ολοκλήρωση της πένθιμης διαδικασίας.

Η στήριξη και η βοήθεια του εφήβου που πενθεί από συγγενείς και φίλους θεωρείται πολύ σημαντική για την ομαλή πορεία της θλίψης.

Λόγω λοιπόν του ιδιόζοντος συναισθηματισμού που χαρακτηρίζει τον κόσμο του εφήβου σε σχέση με τις άλλες ηλικίες, απαιτείται ιδιαίτερη προσοχή στον τρόπο, με τον οποίο ο έφηβος προσπαθεί να ξεπεράσει τις δυσκολίες από την βίωση της πένθιμης διαδικασίας. Κάτω απ' αυτές τις συνθήκες και η βοήθεια από ειδικά εκπαιδευμένους επαγγελματίες σε θέματα αποχωρισμού είναι αμέριστη και σε πολλές περιπτώσεις αναγκαία για την πρόγνωση, πρόληψη και θεραπεία των παθολογικών συμπτωμάτων.

Το Πρόβλημα

Μελετώντας την σχετική βιβλιογραφία, που αναζητήθηκε για την παρούσα εργασία παρατηρείται, ότι η περίοδος του πένθους θεωρείται μια κρίσιμη περίοδος για τον έφηβο / η που τη βιώνει, καθώς εγκυμονεί πολλούς κινδύνους για τον πενθούντα έφηβο, που κατά το διάστημα αυτό νιώθει αποδιοργανωμένος από το γεγονός και είναι ευάλωτος με πολλές καταστάσεις.

Γίνεται φανερό, ότι η μη ομαλή εξέλιξη της πένθιμης περιόδου μπορεί να δημιουργήσει σοβαρή παθολογία στον πενθούντα, η οποία μπορεί να έχει σοβαρές συνέπειες τόσο ψυχολογικές όσο και σωματικές. Το πένθος στη σημερινή ελληνική κοινωνία, όπως και σ' όλες σχεδόν τις βιομηχανικές κοινωνίες, τείνει να γίνει μια εσωτερική κατάσταση, όπου τα συναισθήματα θλίψης και πόνου για το άτομο που χάθηκε, δάβονται στο βωμό της κοινωνικής αποδοχής.

Εάν προστεθεί η κατάργηση του «παλαιού συστήματος» αντιμετώπισης πένθους, που παρατηρείται σήμερα και ιδιαίτερα στις μεγάλες αστικές πόλεις με την εξάλειψη των εθίμων και τελετών, που βοηθούσαν στην εξωτερίκευση της θλίψης και στην ομαλή διεργασία του αποχωρισμού, τότε θα φανεί ο κίνδυνος, που διαγράφεται στη σημερινή ελληνική πραγματικότητα όσον αφορά το πένθος.

Είναι γεγονός, ότι τα αποτελέσματα αρκετών ερευνών για το θάνατο και το πένθος που πραγματοποιούνται σε χώρες του εξωτερικού, οι οποίες έχουν αναπτύξει έντονο θανατολογικό ενδιαφέρον, κρούουν τον

Μια ολιστική προσέγγιση του θανάτου. Αντιμετώπιση από τον / την έφηβο / η.

κώδωνα του κινδύνου. Στον ελλαδικό χώρο το γεγονός περνά απαρατήρητο, ενώ ταυτόχρονα διαπιστώνεται έλλειψη προγραμμάτων παρηγορητικής αγωγής όπου θα συνέβαλαν, αφενός στην ομαλή εξέλιξη της πένθιμης περιόδου και αφετέρου στη διάγνωση και καταστολή παθολογικών καταστάσεων.

Σκοπός της Μελέτης

Η παρούσα μελέτη στοχεύει στην καταγραφή και εμβάθυνση της ψυχολογικής κατάστασης του πενθούντος εφήβου. Μια κατάσταση που θεωρείται κρίσιμη για την ψυχική και σωματική υγεία του εφήβου που τη βιώνει. Επίσης στοχεύει και στην περιγραφή της σημερινής κοινωνικής πραγματικότητας, η οποία λειτουργεί ανασταλτικά για την ομαλή έκβαση της πένθιμης περιόδου, αφού σχεδόν αποκλείεται η ελεύθερη έκφραση των συναισθημάτων πόνου και θλίψης.

Η επιλογή του θέματος στηρίχθηκε στο προσωπικό ενδιαφέρον για διερεύνηση και εμβάθυνση της πένθιμης περιόδου στην περίπτωση θανάτου, έτσι όπως την βιώνει ο έφηβος.

Είναι γνωστό ότι στον ελληνικό χώρο λίγα έχουν λεχθεί και γραφτεί για το θάνατο και το πένθος, έτσι όπως το βιώνει ένα άτομο, χαρακτηριζόμενο ως έφηβος με τα ανάλογα γνωρίσματα που χαρακτηρίζουν την πολυποίκιλη περίοδο της ηλικίας, στην οποία βρίσκεται. Βέβαια υπάρχει μια πληθώρα από ποιήματα και στίχους που εξυμνούν το θέμα, αλλά μια ολοκληρωμένη βιβλιογραφική μελέτη, η οποία θα περιέχει συγκεντρωμένα αρκετά από τα επιστημονικά τεκμηριωμένα στοιχεία για το θέμα που εξετάζεται, δεν υπάρχει. Ο τρόπος με τον οποίο βιώνεται από τον έφηβο ο χαμός ενός οικογενειακού προσώπου δεν παρουσιάζεται εκτενώς και συστηματικώς από μια ολοκληρωμένη βιβλιογραφία, αλλά αντίθετα συναντά κανείς σφαιρικές μελέτες αναφερόμενες αφενός στο θέμα του πένθους και του

θανάτου και αφετέρου στην οικογένειά ,και στον έφηβο ως τον φορέα της πολυποίκιλης γυχοσύνδεσης, που χαρακτηρίζει την ευαίσθητη αυτή ηλικία.

Επίσης το πολύπλοκο και ευρύ θέμα του πένθους σε περίπτωση θανάτου ως μάθημα στο χώρο της εκπαίδευσης των κοινωνικών λειτουργών, δεν εξετάζεται επαρκώς.

Επομένως, με την παρούσα μελέτη επιχειρείται η δημιουργία μιας εμπειριστατωμένης εργασίας σχετικά με το πένθος σε περίπτωση θανάτου, βάσει της οποίας θα αναλυθεί διεξοδικά το συγκεκριμένο θέμα και θα αποτελέσει ένα μικρό βοήθημα για την περαιτέρω εξέτασή του.

Ορισμοί όρων

Ο θάνατος από βιολογικής απόγεως, σύμφωνα με τον Πολίτη (1962, τόμος β, σελ. 442) ορίζεται ως εξής: «Θάνατος είναι η τελειωτική παύση όλων των λειτουργιών και εκδηλώσεων της ζωής. Είναι δηλαδή η κατάργηση της ανταλλαγής της ύλης του συνόλου των κυττάρων των ιστών του σώματος και των λειτουργιών που εξαρτώνται από αυτά».

Από Χριστιανικής απόγεως ο θάνατος, σύμφωνα με τη χριστιανική διδασκαλία είναι το ύγιστο κακό, όπου με αυτό τιμωρείται η προπατορική αμαρτία.

Η Ross (1988, σελ. 11) για το θέμα του θανάτου ορίζει ότι: «Θάνατος είναι η τελευταία φάση της εξέλιξης, ένα αναπόσπαστο κομμάτι της ανθρώπινης ύπαρξης, ανάπτυξης και εξέλιξης. Είναι η φυσική κατάληξη του κύκλου ζωής του ανθρώπου».

Όσον αφορά τη θλίψη ο Linderman (1944) ύστερα από επιστημονική και εμπειρική μελέτη για το θέμα κατέληξε στο συμπέρασμα, ότι η θλίψη δεν είναι ένα συναίσθημα, αλλά μια συνολική και οδυνηρή συναισθηματική κατάσταση που περιλαμβάνει κύματα και περιόδους δυσφορίας» (Φάρος 1981).

Επίσης η Ross (1979), αναφέρει, ότι «οι θλιμμένοι έχουν στα σωδικά τους μια ζούγκλα συναισθημάτων, τα οποία αποδιοργανώνουν το άτομο και επιφέρουν σε αυτό ψυχωσωματικά συμπτώματα».

Ο Φάρος (1981, σελ. 70) για το ίδιο θέμα αναφέρει: «Η θλίψη είναι μια φυσιολογική και παγκόσμια αντίδραση σε μία δραστική διακοπή του κανονικού τρόπου ζωής του ανθρώπου, που έχει σαν χαρακτηριστικά της τη μελαγχολία, των απώλεια κάθε ενδιαφέροντος του θλιμμένου για τον εξωτερικό κόσμο και για τις συνηθισμένες δραστηριότητες και συγκέντρωση όλης της προσοχής του στην ανταπόκριση του στην απώλεια του αγαπημένου προσώπου.

Είναι μια αντίδραση, η οποία επιφέρει ένταση και συναισθήματα ολοκληρωτικής συμφοράς».

Ο Πιντέρης (1982, σελ. 68) ορίζει ότι: «Θρήνος είναι το χρονικό εκείνο διάστημα κατά το οποίο έρχεται σε επαφή με την απώλεια».

Ο Κολτσιδης (1978, τόμος 27, σελ. 426) αναφέρει: «Θρήνος είναι η βαθιά εκδήλωση λύπης για συμφορά, μεγάλο κακό που πλήττει ένα άτομο ή μια ομάδα ατόμων και η οποία εκδηλώνεται ιδιαίτερα με το μοιρολόγι».

Επίσης ο Φάρος (1981, σελ. 125) υποστηρίζει ότι: «Θρήνος είναι ένας τρόπος έκφρασης της θλίψης, όπου οι θλιμμένοι εκφράζουν δραματικά και με πάθος τον απερίγραπτο πόνο για την απώλεια».

Ο πολίτης (1962, τόμος 27, σελ. 576) αναφερόμενος στο πένθος τονίζει: «Με τη λέξη πένθος εννοούμε όχι μόνο το συναίσθημα της λύπης, το οποίο νιώθει κάποιος άνθρωπος με την απώλεια ενός προσφιλούς προσώπου, αλλά και όλα τα πολυποίκιλα έδιμα, τα οποία συνοδεύουν τη λύπη αυτή και τα οποία δεν είναι εκδήλωση μόνο αυτής,

αλλά και του φόβου και της λατρείας προς τον νεκρό, καθώς και των άλλων σχετικών δοξασιών. Τα έδημα αυτά ως προς τη μορφή διακρίνονται στις εξής τρεις κατηγορίες: α) Κακομεταχειρίσεις του ίδιου του σώματος, β) Αποχή από ορισμένες πράξεις και γ) Μεταβολή της μορφής ή της ενδυμασίας του πενθούντα.

Σύμφωνα με τον Φάρο (1981) πένθος είναι μια διεργασία, η οποία αποβλέπει στην κάλυψη του χάσματος, που δημιουργεί η απώλεια μεταξύ της προηγούμενης κατάστασης του θλιμμένου και της κατάστασης, που η απώλεια δημιουργεί. Η διεργασία λοιπόν αυτή εξωτερικεύεται με διάφορα μέσα, που χρησιμοποιεί ο πενθών σε όλη τη διάρκεια της ενασχόλησης του με την απώλεια.

Κατά τους Μαντζιαφού (1986), Μισέλ (1993), Τσαούση (1991), η μονογονεϊκή οικογένεια περιλαμβάνει έναν ενήλικα και τα ανήλικα τέκνα του. Αυτό είναι συνέπεια θανάτου ενός γονέα, διαζυγίου ή από γάμους που δεν λύθηκαν τυπικά - νομικά, αλλά οι σύζυγοι έχουν χωρίσει ή εγκαταλειφθεί από το ένα γονέα, με αποτέλεσμα ο άλλος να αναλάβει τα παιδιά, όπως επίσης και η οικογένεια του άγαμου γονέα.

Κατά τον Παρασκευόπουλο «η εφηβική ηλικία είναι η τελευταία φάση της ανάπτυξης, το τελευταίο στάδιο στην πορεία του ατόμου προς την ωριμότητα. Καλύπτει τη χρονική περίοδο, ανάμεσα στην παιδική και στην ώριμη ηλικία και αποτελεί τη φάση της ζωής κατά την οποία πραγματοποιείται το πέρασμά του ατόμου από τον κόσμο του παιδιού με την ανεμελιά και την εξάρτηση, στον κόσμο του ενηλίκου με την

υπευθυνότητα και την αυτοδιαχείριση. Το πέρασμα αυτό ασφαλώς δεν γίνεται σε μια νύχτα αλλά βαθμιαία, σε ένα διάστημα 7-8 ετών. Η περίοδος της εφηβείας τυπικά, περιλαμβάνει την ηλικία των 12-18 ετών. Στο διάστημα αυτό, το αναπτυσσόμενο άτομο, ο έφηβος δεν είναι πια παιδί, ούτε όμως ενήλικας. Παρουσιάζει χαρακτηριστικά, που ορισμένα θυμίζουν την παιδική ηλικία και άλλα που θυμίζουν την ώριμη ηλικία. Γι' αυτό η εφηβική ηλικία χαρακτηρίζεται ως περίοδος μεταβατική (Παρασκευόπουλος, 1984).

Κατά τον Τσιάντη: «Η έναρξη της εφηβικής ηλικίας γίνεται με την ήβη - το χρόνο δηλαδή, που αρχίζει η ωρίμανση των γεννητικών οργάνων. Η ήβη, ακόμα και στα παιδιά της ίδιας φυλής, μπορεί να διαφέρει και είναι γενικά παραδεκτό, ότι τα αγόρια μπαίνουν στην ήβη αργότερα από τα κορίτσια. Η εφηβεία αρχίζει βαθμιαία κατά το τέλος της λανθάνουσας περιόδου (περίπου στα 10 ½ - 11 χρόνια) και τελειώνει βαθμιαία με την έναρξη της ενήλικης ζωής (από τα 18 μέχρι τα 21 χρόνια). Η εφηβική ηλικία μπορεί να διαιρεθεί σε τρία στάδια: στην πρώιμη εφηβική ηλικία, από 10 ½ - 11 μέχρι 14, στην μέση, από 14 μέχρι 16-17 και στην όψιμη, από 16-17 μέχρι 20-21 (Τσιάντης, 1991).

Κατά των Ι. Δ. Ιωαννίδη: «Η εφηβική ηλικία αρχίζει γύρω από τα 12 και τελειώνει στα 18-19 χρόνια, πολλοί τα δύο πρώτα χρόνια τα χαρακτηρίζουν σαν προεφηβεία. Είναι η περίοδος που χαρακτηρίζεται από την ήβη, που στα κορίτσια ολοκληρώνεται από τα 11-13 τους χρόνια, ενώ στα αγόρια από τα 13-15 χρόνια. Τα πιο πολλά παιδιά στα 13-14 χρόνια αποκτούν τα μόνιμα τους δόντια, εκτός από τους φρονιμίτες, και

υπάρχει αύξηση τόσο στο βάρος όσο και στο ύψος. Ακόμα πλαταίνουν οι ώμοι στα αγόρια και η λεκάνη στα κορίτσια. Η ανάπτυξη στα γεννητικά όργανα είναι παράλληλη. Η εμφάνιση της πρώτης έμμηνου περιόδου στα 11-12. Τα κορίτσια αρχίζουν να δείχνουν σε μικρές κυρίες την ώρα που τα αγόρια δείχνουν ακόμα σαν παιδιά. Τα επόμενα τρία χρόνια χαρακτηρίζουν τη μέση εφηβεία όπου κυριαρχεί η συναισθηματική διερεύνηση, η αμφισβήτηση και η επαναστατική διάθεση. Μετά ακολουθεί η ώριμη εφηβεία, όπου επικρατεί κυρίως η συμφιλίωση με καταστάσεις, ιδεολογίες, πρόσωπα. Η συμφιλίωση αυτή δεν είναι αποτέλεσμα συμβιβασμού, αλλά κάποιας κατασταλαγμένης προοπτικής (Ι.Δ. Ιωαννίδης, 1996).

Η παρούσα εργασία θα στηριχτεί, αλλά και θα χρησιμοποιεί ως εφαλκτήριο της τον ορισμό του Ι.Δ. Ιωαννίδη προκειμένου να αναλυθεί, ο τρόπος εκείνος με τον οποίο βιώνει ο έφηβος την δύσκολη περίοδο του πένθους.

Στην παρούσα εργασία θα χρησιμοποιείται ο όρος «έφηβος» και όχι απαραίτητα και ο όρος «έφηβη» καθώς συμπεριλαμβάνουμε στον πρώτο όρο και την αρσενική αλλά και την θηλυκή έννοια του όρου.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΙΙ

ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

Η εργασία αυτή είναι μια βιβλιογραφική μελέτη, που σκοπό έχει να εξετάσει τον τρόπο με τον οποίο βιώνει ο έφηβος / η το θάνατο και το επικείμενο πένθος ενός γονέα του.

Γίνεται αναφορά στον τρόπο συγκέντρωσης του υλικού και την επεξεργασία για την συγγραφή της εργασίας. Καταρχήν πρέπει να λεχθεί, ότι η διαδικασία συγκεντρώσεως της συγκεκριμένης βιβλιογραφίας για την συγγραφή αυτής της μελέτης ήταν αρκετά δύσκολη, καθώς δεν έχει παρουσιαστεί εκτενώς και συστηματικώς βιβλιογραφική προσέγγιση του παρόντος θέματος από τη σκοπιά που εξετάζεται το τελευταίο.

Υπήρχε εκτεταμένη αναφορά σχετικά με τον έφηβο / η, την οικογένεια και το πένθος και έτσι ήταν δύσκολη η μελέτη και επιλογή της συγκεκριμένης βιβλιογραφίας για το παρόν θέμα.

Για την συλλογή της απαραίτητης βιβλιογραφίας απευθυνθήκαμε στις παρακάτω βιβλιοθήκες: Εθνική βιβλιοθήκη, Κέντρο παιδιού και εφηβικού βιβλίου, βιβλιοθήκη Τ.Ε.Ι. Πάτρας, βιβλιοθήκη παιδαγωγικού και ψυχολογίας Αθηνών, τμήμα Παιδαγωγικό - Νηπιαγωγών του Πανεπιστημίου Αθηνών, ΕΚΚΕ, Εθνικό Ίδρυμα ερευνών, Δημοτική βιβλιοθήκη Πατρών, βιβλιοθήκη Ινστιτούτου Κοινωνικών και Ιατρικών Ερευνών Δημοτική βιβλιοθήκη Χαλκίδας, Εκκλησιαστική βιβλιοθήκη Ενορίας Αγίου Ιωάννου Χαλκίδας - Εύβοιας.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΙΙΙ

Α. Η οικογένεια ως πρωταρχικός θεσμός κοινωνικοποίησης

Κατά τον Πιργιωτάκη (1989) η οικογένεια είναι η πρώτη θεμελιακή κοιτίδα της ανθρωπίνης συνύπαρξης, όπου ο έφηβος διαμορφώνει τα βασικά βήματα από την παιδική ηλικία - της προσωπικής του θεώρησης για τη ζωή και μαθαίνει να δέχεται τις επιδράσεις, τις τάσεις και τις αντιλήψεις της οικογενειακής ζωής.

Ο πρώτος δάσκαλος κάθε ανθρώπου βρίσκεται μέσα σε κάθε οικογένεια - στον πατέρα του, στη μητέρα του, στον παππού και στην γιαγιά, στα μεγαλύτερα αδέρφια - μέσα στην πρωταρχική αυτή ανθρωπίνη ομάδα που αποτελεί και το δεμέλιο της κοινωνίας.

Έχει υποστηριχθεί κατά καιρούς από ειδικούς ψυχοπαιδαγωγούς, ότι ο ισχυρός παράγοντας που διδάσκει το νέο άνθρωπο είναι το παράδειγμα, η ταύτιση και το πρότυπο.

Και τα τρία στοιχεία πρωτοβρίσκονται στο οικογενειακό περιβάλλον. Και όσο αυτό είναι «δεμένο», «ζεστό» και αξιόπιστο, τόσο καθοδηγεί, συνετίζει, παραδειγματίζει και προάγει και όσο είναι αδιοργάνωτο και διαλυμένο, τόσο οδηγεί στον ηθικό, ψυχικό και πνευματικό μαρασμό.

Β. Βασικές προϋποθέσεις ομαλής κοινωνικοποίησης του εφήβου

Κατά τον Πυργιωτάκη (1989) ως βασικές προϋποθέσεις για την ομαλή κοινωνικοποίηση του εφήβου μπορούν να θεωρηθούν:

α) Το πνεύμα αγάπης που πρέπει να υπάρχει σε όλα τα μέλη της οικογένειας. Χρέος των γονιών είναι να αναπτύξουν κλίμα αγάπης, κατανόησης, και ψυχικού δεσμού μεταξύ τους.

Όταν ο έφηβος ζει μέσα σε περιβάλλον «υγιές» συναισθηματικό, τότε έχει όλες τις δυνατότητες να ενταχθεί ομαλά στο κοινωνικό σύνολο.

β) Ανάπτυξη, δετικού αυτοσυναίσθηματος

Αυτοσυναίσθημα είναι ο πυρήνας γύρω από τον οποίο διαμορφώνονται οι αντιλήψεις. Είναι αυτό που προσφέρει συνοχή και σταθερότητα στην προσωπικότητα του ατόμου. Καθήκον των γονιών είναι να τηρούν δετική στάση προς τον έφηβο, να μην υποτιμούν τις ενέργειές του, να τον ενθαρρύνουν ώστε να δημιουργήσει αυτοπεποίθηση και ισχυρό αυτοσυναίσθημα. Κάθε υποτίμηση και προσβολή από αυτό το πρόσωπο οδηγεί στην εξασθένηση του αυτοσυναίσθηματος. Συνέπεια αυτής της καταστάσεως μπορεί να είναι η δυσκολία προσαρμογής στο κοινωνικό σύνολο.

γ) Συνέπεια λόγων και έργων και σταθερότητα συμπεριφοράς γονέων

Αυτό που πρέπει οι γονείς να προσέξουν είναι η συνέπεια «λόγων και έργων». Δεν μπορείς να διδάξεις κάποια αξία ή αρχή, χωρίς ο ίδιος να ενστερνιστείς στην προσωπική σου ζωή αυτό που πιστεύεις.

Κάθε διδασκαλία που δεν συνοδεύεται με ταυτόχρονη πράξη, αποβαίνει άκαρπη, στείρα, οδηγεί σε συγκρούσεις και επιφέρει σύγχυση στον έφηβο /η.

Σημαντικό επίσης είναι να υπάρχει σταθερότητα στην συμπεριφορά των γονέων. Αν δεν υπάρχει ομοιογένεια στις αντιλήψεις των γονέων, αλλά αυτό που ο ένας επαινεί, αποδοκιμάζει ο άλλος, τότε επέρχεται διχασμός στον έφηβο/η, γιατί δεν μπορεί να διαμορφώσει ηθικούς κανόνες σταθερούς.

δ) Τέλος θα πρέπει να αποφεύγει ο γονιός την υπερβολική αυστηρότητα, κυρίως όταν μπορεί να χρησιμοποιήσει για μικρά παραπτώματα, άλλους τρόπους. Το κατάλληλο φάρμακο στον κατάλληλο οργανισμό με τη σωστή δοσολογία αναμένετε να φέρει θεραπευτική επίδοση. Όταν όμως το φάρμακο χορηγείται συνεχώς προκαλεί εθισμό και δεν φέρνει το θετικό αποτέλεσμα αλλά αντίθετα, το αρνητικό.

Γ. Ανάγκες που καλύπτει η οικογένεια

Ο βασικός σκοπός της οικογένειας πέρα από τη διαίωνιση του είδους είναι η δημιουργία ενός υγιούς και ηθικού περιβάλλοντος, μέσα στο οποίο θα ζήσουν ευτυχισμένα τα μέλη της και τα παιδιά θα αναπτυχθούν σωματικά και πνευματικά. Θα καλλιεργηθούν ψυχικά, θα διαμορφώσουν προσωπικότητα και θα γίνουν ικανά να δημιουργήσουν μια καλύτερη κοινωνία, ένα καλύτερο αύριο. Η πολιτεία αναγνωρίζει τη μεγάλη σημασία του δεσμού της οικογένειας, γι' αυτό και την προστατεύει με το οικογενειακό δίκαιο.

Η σημερινή οικογένεια σαν αποστολή της έχει να εκπληρώσει βιολογικούς, συναισθηματικούς, κοινωνικούς και οικονομικούς σκοπούς».

1. Βιολογικοί σκοποί: Βασικοί σκοποί της οικογένειας είναι η ανατροφή των παιδιών μέχρι να ενηλικιωθούν και η αλληλοπροστασία των μελών της.

2. Συναισθηματικοί σκοποί: η μακροχρόνια συμβίωση, οι συγγενικοί δεσμοί, η συνεχής συνεργασία και πολύ περισσότερο, οι κοινές προσδοκίες και επιδιώξεις και η συμπαράσταση στις δύσκολες στιγμές της ζωής συνδέουν τα μέλη της οικογένειας με βαθείς δεσμούς και αναπτύσσουν μεταξύ τους αγάπη, φιλία, στοργή.

3. Κοινωνικοί σκοποί: οι νέοι άνθρωποι μέσα στο σπίτι μαθαίνουν να ζουν μαζί με τους άλλους, να συνεργάζονται να τηρούν τις παραδόσεις και γενικά να σέβονται τους κανόνες που ρυθμίζουν την κοινωνία. Γενικότερα όλα τα ψυχικά και πνευματικά εφόδια (αγάπη, φιλία,

σεβασμός προς τον άνθρωπο, αλληλεγγύη) που πρέπει να έχει το κάθε άτομο για να προσαρμοστεί στο κοινωνικό σύνολο παρέχονται από την οικογένεια.

4. Οικονομικοί σκοποί: οι κύριοι οικονομικοί σκοποί της οικογένειας είναι:

α) να εξασφαλίσει στα μέλη της την, όσο το δυνατόν, κατάλληλη τροφή, ενδυμασία και κατοικία

β) να παρέχει στα παιδιά τα υλικά εφόδια που απαιτούνται για να γίνουν ικανά και να εξοικονομήσουν μόνα τους τα απαραίτητα για τη ζωή τους. Δηλαδή να σπουδάσουν, να μάθουν μια τέχνη, να ξεκινήσουν μια δική τους δουλειά κ.α. (Χάρης Δ. Κατάκη, 1984).

Δ. Ο παιδαγωγικός χαρακτήρας της οικογένειας

Σήμερα ένας από τους σπουδαιότερους παράγοντες της αγωγής του ατόμου είναι η οικογένεια, γιατί δεν αρκεί να βοηθήσουμε κάποιον να επιζήσει απλώς, αλλά και να ζήσει σαν «ισορροπημένο» άτομο. Η οικογένεια είναι το ιδανικό θερμοκήπιο, ο φυσικός χώρος μέσα στον οποίο γεννιούνται και αναπτύσσονται τα τρυφερά βλαστάρια, τα παιδιά. Μέσα σε αυτή ο νέος άνθρωπος θα πρωτοδεί το «φως» και θα σπουδάσει φυσικά και αβίαστα τα μαθήματα για τη ζωή.

Η οικογένεια είναι αυτή που θα δέσει τις βάσεις και τα δεμέλια της προσωπικότητας και του χαρακτήρα του νέου ανθρώπου, γιατί είναι πλέον πολύ γνωστό, ότι τα πρώτα έτη της ηλικίας είναι τα πιο κρίσιμα για την ανάπτυξη της προσωπικότητας.

Ο παιδαγωγός Ηλίας Ξηροτόρης μιλώντας για την αξία της οικογένειας έλεγε: «Ο άνθρωπος μια φορά στη ζωή του βλέπει τον ήλιο καυτερό στην παιδική του ηλικία. Αν τότε ζεσταθεί καλά ποτέ δεν θα κρυώσει στο πολικό κρύο της ζωής των ηλικιωμένων». Ηλίας Ξηροτόρης στο βιβλίο της Ι. Χασάπη 1989, *ψυχολογία της προσωπικότητας*, σελ. 275.

Εκείνο που έδωσε μεγάλη βαρύτητα στην αξία της οικογένειας ήταν οι έρευνες του Φρόυντ. Ο Φρόυντ (1948) υποστηρίζει, ότι «τα βιώματα της παιδικής ηλικίας είναι εκείνα, που καθορίζουν την μετέπειτα ψυχολογική δομή του ατόμου».

Η Αναστασία Χουντουμάδη, (1994), -γράφει, ότι δεν υπάρχει άλλο περιβάλλον από την οικογένεια, όπου το παιδί μπορεί να αυξάνει και να εξελίσσεται ομαλά. Σε αυτό το περιβάλλον δέχεται το ποσόν της τρυφερότητας και των φροντίδων, που έχει ανάγκη για να γίνει ώριμος άνθρωπος.

Η οικογένεια προσφέρει στο παιδί κατάλληλο έδαφος για να ικανοποιεί τις συναισθηματικές του ανάγκες. Αν ο ρόλος της μητέρας είναι πρωταρχικής σημασίας για τη δημιουργία ενός κατάλληλου συναισθηματικού κλίματος για την ανάπτυξη του παιδιού, το ίδιο σημαντικός είναι και ο ρόλος του πατέρα.

Η δημιουργία της υγιούς οικογένειας ανταποκρίνεται περισσότερο από οτιδήποτε άλλο στις συναισθηματικές ανάγκες του παιδιού. Μέσα εκεί βρίσκεται το έδαφος που του ταιριάζει για την ανάπτυξη της προσωπικότητας του.

Η οικογένεια προσφέρει επίσης στο παιδί το κατάλληλο έδαφος για να ικανοποιεί το αίσθημα αμύνης και προστασίας του, όποτε έχει ανάγκη. Το οικογενειακό περιβάλλον είναι προορισμένο να του παρέχει το απαραίτητο καταφύγιο για να δοκιμάζει τις δυνάμεις του, να αμβλύνει τα πρώτα χτυπήματα με τον έξω κόσμο και να του προσφέρει την προστασία και την βοήθεια μιας τρυφερής κατανόησης.

Το παιδί έχει ανάγκη της ετερογένειας του οικογενειακού περιβάλλοντος. Αυτό θα του προσφέρει μια εικόνα αρκετά περίπλοκη και θα τον πλουτίσει. Οι γονείς θα του προσφέρουν τα πρότυπα και με

τον γονέα του ίδιου φύλου, το παιδί θα θελήσει να ταυτιστεί, αν οι σχέσεις μαζί του είναι δετικές.

Αν ίσως θέλαμε χειροπιαστές αποδείξεις της αξίας και του ρόλου της οικογένειας θα τις βρίσκαμε εύκολα στα μάτια των άτυχων εκείνων ανθρώπων, που τη στερήθηκαν και που έζησαν και μεγάλωσαν σε νηπιτροφεία, ορφανοτροφεία και παιδουπόλεις. Συχνά παρουσιάζουν μια συναισθηματική ανωριμότητα και μερικές φορές παθολογική προσωπικότητα από τη συναισθηματική αποστέρηση, που συνεπάγεται η έλλειψη μονίμου και σταθερού οικογενειακού περιβάλλοντος.

Τα παιδιά που αναπτύσσονται μακριά από την οικογένεια, μπορεί να μειονεκτούν όχι μόνο στην πνευματική τους εξέλιξη και την κοινωνική προσαρμογή, αλλά ακόμη και στη σωματική ανάπτυξή τους.

Ευτύχημα λοιπόν μεγάλο είναι για το άτομο, που γεννιούνται και μεγαλώνουν μέσα σε μια αρμονική οικογένεια και δυστύχημα για εκείνα, που δεν γνωρίζουν οικογένεια ή μεγαλώνουν σε μια οικογένεια προβληματική και αρρωστημένη.

Τα αποτυπώματα του ενός ή του άλλου είδους οικογένειας μένουν, αν όχι πάντα τις περισσότερες όμως φορές ανεξίτηλα στην προσωπικότητα των ατόμων και βγαίνουν από αυτή (Αναστασία Χουντομάδη, 1994).

Ε. Οι γονείς και ο «ψυχολογικός αποθλασμός του εφήβου

«Τα παιδιά αρχικά αγαπάνε τους γονείς τους. Όταν μεγαλώσουν τους κρίνουν. Τελικά, καμιά φορά τους συγχωρούν...» Αί μπραχάμ Φλέτσερ

Η Μ. Χουρδάκη γράφει, ότι κάποια μέρα κάθε γονιός κάνει την εξής διαπίστωση:

«Το παιδί μου δεν είναι πια παιδί». Αυτή είναι η μοναδική στιγμή εξάρσεως και φόβου. Δεν μπορούν πια να στέκονται ανάμεσα σε αυτό και στον κόσμο, να το καλύπτουν από τους κινδύνους της ζωής. Από εδώ και πέρα θα πρέπει να αντιμετωπίσει αναπόφευκτες προκλήσεις, ασυνόδευτο από αυτούς. Υπάρχει επίσης μια σύγκρουση. Οι γονείς θέλουν να τους έχουν ανάγκη τα παιδιά τους, αλλά οι έφηβοι θέλουν να μην έχουν ανάγκη τους γονείς τους. Το να αφήσουν οι γονείς τα παιδιά τους να φύγουν, όταν θέλουν να τα κρατήσουν απαιτεί απέραντη γενναιοθυχία και αγάπη. Μόνο γονείς είναι ικανοί για τέτοιο οδυνηρό μεγαλείο.

Το δυσκολότερο ίσως σημείο του ρόλου των γονιών συνίστανται στην διευκόλυνση του «ψυχολογικού αποθλασμού» του παιδιού τους. Για να κατακτήσει ο νέος άνθρωπος την αυτονομία του και την ωριμότητά του, πρέπει να αποκοπεί από τους προστάτες του. Και τούτο είναι φοβερά δύσκολο να γίνει δεκτό από ανώριμους ή κακοτοποθετημένους στο ρόλο τους γονείς. Ο γονέας οφείλει να διευκολύνει το χωρισμό που η φύση ετοίμασε για την ώρα τούτη και να δημιουργήσει συγχρόνως νέες

σχέσεις. Διευκολύνει έτσι τη συναισθηματική, πνευματική και ηθική αποδυνάμωση του εφήβου.

Βέβαια, η διευκόλυνση του «αποδηλασμού» είναι καθήκον και των δύο γονέων. Όμως ο κάθε γονιός έχει ένα δικό του ρόλο να παίζει.

Η ιδιότητα του γονιού είναι μια ατέλειωτη σειρά από μικρογεγονότα, περιοδικές συγκρούσεις και ξαφνικές κρίσεις, που ζητούν μια ανταπόκριση. Η ανταπόκριση δεν είναι χωρίς συνέπειες· επηρεάζει την προσωπικότητα προς το καλό ή προς το κακό.

Ο χαρακτήρας των εφήβων διαμορφώνεται από την πείρα με ανθρώπους και με καταστάσεις. Οι ιδιότητες του χαρακτήρα δεν μπορούν να διδαχθούν κατ' ευθείαν. Κανείς δεν μπορεί να διδάξει εντιμότητα με διαλέξεις, θάρρος με αλληλογραφία ή ανδροπρέπεια με τα ταχυδρομεία. Η αγωγή του χαρακτήρα απαιτεί παρουσία την οποία δείχνει και επαφή που μεταδίδει.

Ο έφηβος μαθαίνει αυτό που ζει και γίνεται αυτό που νιώθει και δοκιμάζει. Σήμερα οι γονείς μπορούν κάτω από ευνοϊκές συνθήκες, να προσφέρουν στα παιδιά τους, πρότυπα επιτυχημένης, ανεξάρτητης, ευέλικτης και ρεαλιστικής συμπεριφοράς.

Αλλά σίγουρα δεν μπορούν να καταστρώσουν γι' αυτούς λεπτομερειακά σχέδια για την αντιμετώπιση ενός εξωτερικού κόσμου, που βρίσκεται σε συνεχή και ταχύτατη αλλαγή.

Αυτό που ίσως είναι προτιμότερο να κάνουν είναι η προσπάθεια να συνάγουν όσο το δυνατό καλύτερες σχέσεις ανάμεσα σε αυτούς και τα

παιδιά τους. Και οι καλύτερες σχέσεις-ανάμεσα στους συζύγους, που επηρεάζουν άμεσα και καθοριστικά την αγωγή του εφήβου, είναι οι αγαπημένες.

Γι' αυτό η καλύτερη αγωγή του θα επιτευχθεί με τις καλύτερες δυνατές σχέσεις αγάπης ανάμεσα στους γονείς τους (Χουρδάκη Μ., 1982).

ΣΤ. Πατρότητα - Πατρικό αίσθημα

Σύμφωνα με την ελληνική νομοθεσία πατρότητα είναι η ιδιότητα του πατέρα που προέρχεται από τη γέννηση ή υιοθεσία του παιδιού.

Ο Γάλλος ψυχαναλυτής και ψυχίατρος Μ. Μιλντορφώ γράφει, πως την έννοια της πατρότητας συνδέτουν τρία στοιχεία:

- α) Η βιολογική πατρότητα (ο άντρας που καθιστά έγκυο τη γυναίκα)
- β) Η ψυχολογική πατρότητα (ο άνδρας που ανατρέφει ένα παιδί)
- γ) Η συμβολική πατρότητα (ο άνδρας που δίνει το όνομά του σε ένα παιδί)

Η πατρότητα χαρακτηρίζεται από δύο ειδών λειτουργίες, σύμφωνα με τον Μιλντορφώ.

1. Την έμμεση πατρική λειτουργία. Είναι εκείνη που διασφαλίζει ο πατέρας σαν σύζυγο της γυναίκας του προσφέροντας την αγάπη και την ψυχοσυναισθηματική ασφάλεια που έχει ανάγκη για να είναι μια «καλή μάνα».

2. Την άμεση πατρική λειτουργία: είναι εκείνη που ο πατέρας διασφαλίζει σαν εκπρόσωπος του αρσενικού φύλου. Είναι η πιο ουσιαστική και διακρίνουμε σε αυτή πολλά στοιχεία.

Μερικά από αυτά τα στοιχεία της άμεσης πατρικής λειτουργίας είναι:

- α) Ο πατέρας σαν ρυθμιστής της απόστασης ανάμεσα στην μάνα και το παιδί

β) Ο πατέρας σαν αντίπαλος στην οιδιπόδεια κατάσταση (για το παιδί του αντίθετου φύλου)

γ) Ο πατέρας σαν «αρχική μορφή μεταβίβασης» δηλ. σαν τον πρώτο «άλλο» που γίνεται αντιληπτός από το παιδί, σαν το πρώτο «ζένο» πρόσωπο εκτός από τη μάνα.

«Ένας άνδρας δεν είναι ποτέ ένας πατέρας αυτοδύναμος» γράφει ο Μιλντορφώ, «δια να γίνει κάποιος πατέρας χρειάζεται μια μακρόχρονη διαδικασία ψυχολογικής και ψυχοσυναισθηματικής ωρίμανσης».

Ο ίδιος υποστηρίζει ότι η μητρότητα είναι κάτι διαφορετικό από την πατρότητα. Είναι συννηρημένη με το σώμα, ενώ η πατρότητα είναι ψυχολογικό απόκτημα.

Z. Ο ρόλος του πατέρα στην ανατροφή του εφήβου

Όσον αφορά την πατρικό ρόλο στην εξέλιξή του, έχει διαπιστωθεί ότι παίζει σημαντικό ρόλο. Συγκεκριμένα, ο πατέρας έχει ιδιαίτερη επίδραση στην ανάπτυξη του ρόλου του φύλου στον έφηβο, ιδιαίτερα μέσω της διαδικασίας της ταύτισης. Ο έφηβος θα δει τον πατέρα σαν γονεϊκή φιγούρα, κυρίως του ίδιου φύλου, ως ισχυρή και άξια μίμησης. Κατ' αυτό τον τρόπο τελείται η διαδικασία, κατά την οποία ο έφηβος δέχεται και εκδηλώνει τα χαρακτηριστικά, που συμπεριλαμβάνονται πάνω στο ρόλο του φύλου, δηλαδή, γίνεται η ανάπτυξη του ρόλου του φύλου.

Όσον αφορά τη διαδικασία της μίμησης, έχει διαπιστωθεί ότι τα αγόρια και τα κορίτσια τείνουν περισσότερο να μιμούνται αντιδράσεις, προτύπων που ανήκουν στο ίδιο φύλο με αυτά (Κογκίδου, 1988).

Βέβαια ο βαθμός ταύτισης του γιου με τον πατέρα (ανήκουν στο ίδιο φύλο) εξαρτάται από την εμπλοκή του πατέρα στην ανατροφή του παιδιού. Τα χαρακτηριστικά, δηλαδή, της σχέσης του πατέρα και γιου έχουν ιδιαίτερη σημασία στη διαμόρφωση του ρόλου του φύλου.

Γενικότερα, η συμβολή του πατέρα στην ανάπτυξη του ρόλου του φύλου έχει διαπιστωθεί με τους εξής τρόπους συμπεριφοράς και εμπλοκής του στην ανατροφή του παιδιού:

- Ενισχύοντας περισσότερο την ανεξάρτητη συμπεριφορά των παιδιών

- Ενθαρρύνοντας το ενεργητικό δημιουργικό παιχνίδι διαφοροποιημένα στα αγόρια και στα κορίτσια.

Λειτουργώντας με αυτό τον τρόπο επηρεάζουν και την γνωστική ανάπτυξη των παιδιών τους.

Είναι πολύ σημαντική η συχνότητα στην παροχή ερεθισμάτων από τον πατέρα, όπως επίσης οι ενέργειές του και ο τρόπος που ο ίδιος οργανώνει το περιβάλλον. Διότι, οι πατέρες δίνουν μεγαλύτερη ελευθερία κινήσεων στα παιδιά τους, ενώ οι μητέρες φοβούνται περισσότερο και τα περιορίζουν. Έτσι, το παιδί-έφηβος, παροτρύνεται από τον πατέρα του να είναι πιο ανεξάρτητο, μέσα και έξω από το σπίτι και να εξερευνά περισσότερο το περιβάλλον του.

Ωφελούνται ιδιαίτερα τα αγόρια, εφόσον γι' αυτά αποτελεί η πατρική γονεϊκή φιγούρα μοντέλο μίμησης, και διαμορφώνουν μια ανεξάρτητη συμπεριφορά αναπτύσσοντας ένα αίσθημα ικανότητας και αποκτούν ειδικές δεξιότητες. Οι πατέρες τείνουν να ενδιαφέρονται περισσότερο για την γνωστική ανάπτυξη και την πνευματική επιτυχία των αγοριών. Ενώ επηρεάζουν τα κορίτσια έμμεσα μέσα από τις σχέσεις τους με τις γυναίκες τους.

Γενικότερα, στην περίπτωση της εκπαιδευτικής επιτυχίας ο πατέρας μπορεί να επηρεάσει τον έφηβο με δύο κυρίως διαδικασίες:

- με την άμεση μετάδοση των σχετικών αξιών, προσδοκιών και δεξιοτήτων

- με τη δημιουργία κατάλληλων συνθηκών για τα παιδιά

Ειδικότερα, οι πατέρες ενισχύουν στα αγόρια την νοητική εξέλιξη με την συμμετοχή τους στην ανατροφή τους. Αντίθετα, δίνουν μικρότερη έμφαση στην διανοητική εξέλιξη των κοριτσιών, δεν συμμετέχουν σε μεγάλο βαθμό στην ανατροφή τους, και έτσι η επίδρασή τους θεωρείται περισσότερο ασαφής.

Όσον αφορά την ηθική ανάπτυξη του εφήβου, ενώ οι μητέρες παίζουν τον κυρίαρχο ρόλο στην απόκτηση ηθικών αξιών, οι πατέρες παρέχουν πρότυπα ταύτισης ιδιαίτερα για τα αγόρια και έτσι συμβάλλουν στην ανάπτυξη ηθικών αξιών.

Όσον αφορά την κοινωνική ικανότητα του εφήβου έχει διαπιστωθεί, ότι στενή σχέση με τον πατέρα και με την μητέρα αντίστοιχα επηρεάζει την ικανότητα του εφήβου, να αναπτύξει σχέσεις και με άλλα άτομα (Κογκίδου, 1988).

Η απουσία του πατέρα μπορεί να επηρεάσει άμεσα την κοινωνικοσυναισθηματική ανεξαρτησία των παιδιών. Έτσι η πατρική αγκαλιά και τρυφερότητα σχετίζεται με υψηλή αυτοεκτίμηση και ικανότητα προσαρμογής ιδιαίτερα στ' αγόρια (Bandura and Walters, 1959).

Η. Μητρότητα - Μητρικό Αίσθημα

«Η μητρότητα έχει θεωρηθεί από χιλιετίδες σαν το νόημα και το σύμβολο της γυναικείας ζωής. Όταν η γυναίκα αποκτούσε ένα παιδί σήμαινε πως είχε εκπληρώσει το σκοπό της ζωής. Οι γλώσσες όλων των λαών εξυμνούν την μητρότητα σαν κάτι τρανό και μεγάλο. Έτσι χαρακτήκε στους ανθρώπους, ότι γυναίκα και μητέρα είναι κάτι ταυτόσημο. Οι άνθρωποι απείχαν πολύ από το να θεωρούν την γέννηση ενός παιδιού σαν δώρο και για τους δύο γονείς» (Zozef Rathner, 1970).

Η μητρότητα δεν είναι μια καθαρά βιολογική λειτουργία που συνεχίζεται αυτονόητα μετά τον τοκετό. Η μητέρα απλά μαθαίνει και γίνεται στη συνέχεια η πρώτη και καλύτερη δασκάλα για το παιδί (Χουρδάκη Μ., 1982).

Η Κοινωνία επιβάλλει το ρόλο της μητέρας σε όλες τις γυναίκες που αποκτούν παιδιά. Το μητρικό ένστικτο ορίζεται σαν η έμφυτη βιολογική ορμή κάθε γυναίκας ν' αποκτήσει παιδιά, να τα αγαπά και να γνωρίζει πως να τα φροντίζει. Η γέννηση ενός παιδιού γίνεται πηγή διαρκούς ευχαρίστησης, που κάνει τη γυναίκα να νιώθει ευτυχής και ολοκληρωμένη. Η άποψη, ότι η γυναίκα ολοκληρώνεται όταν γίνεται μητέρα, είχε ως αποτέλεσμα την εξιδανίκευση της μητρότητας (Zozef Rathner, 1970).

Η ψυχική σχέση ανάμεσα στην μητέρα και παιδί εξαρτάται από τον χαρακτήρα, την ψυχική κατάσταση και τις ψυχολογικές γνώσεις της μητέρας και το, αν μπορεί να αναπτύσσει επαφή με τους συνανθρώπους.

Έρευνες έχουν διδάξει, ότι ο συναισθηματικός δεσμός ανάμεσα στην μητέρα και το παιδί έχει αποφασιστική σημασία για την ανάπτυξη του παιδιού (Χουρδάκη Μ., 1982).

Η Αναστασία Χουντουμάδη 1994 γράφει αναφορικά με την έννοια της μητρότητας, ότι συνδέεται από τα εξής στοιχεία:

α) Η βιολογική μητρότητα (η γυναίκα που μένει έγκυος είτε από τον άνδρα της, είτε με τεχνητή γονιμοποίηση και η ανατροφή που δίνει εκείνη (π.χ. απομύζηση μαστού), το έμφυτο δηλαδή από βιολογικής πλευράς του σώματός της που την κάνει να είναι μητέρα).

β) Η ψυχολογική μητρότητα (η τρυφερότητα και η ανατροφή που δίνει η μητέρα στο παιδί καθώς μεγαλώνει).

γ) Η εγκεφαλική μητρότητα (η ταύτιση που έχει η μητέρα με το παιδί, όταν μάλιστα είναι ακόμα μέσα στην κοιλιά της, όπου θεωρεί το παιδί κομμάτι του εαυτού της και όχι ξεχωριστό μέρος του σώματός της).

δ) Η κοινωνική μητρότητα (η γυναίκα δεν είναι και απόλυτα μητέρα μαζί, αλλά «μαθαίνει» και υιοθετεί με την πάροδο του χρόνου αυτόν τον ρόλο).

Η μητρότητα ως προσωπική ιδιότητα του γυναικείου φύλου, τελεί και ορισμένες σημαντικές λειτουργίες. Κατά την Χουρδάκη Μ. 1982 οι πιο σημαντικές από αυτές είναι:

α) η μητέρα σαν καταλυτικός ρυθμιστής της απόστασης ανάμεσα σε πατέρα και γιο

β) η μητέρα σαν αντίπαλος στο σύνδρομο της Ηλέκτρας (για το παιδί του αντίθετου φύλου)

γ) η μητέρα σαν το πρώτο, το άμεσο, το πρωτόγνωρο πρόσωπο που αντικρύζει στον κόσμο το παιδί και το οποίο εμπιστεύεται αμέριστα στην συνέχεια στη ζωή του.

δ) η μητέρα ως το πρόσωπο εκείνο που θα αναλάβει το κύριο βάρος της ανατροφής του παιδιού σε σχέση με την ανάμειξη του πατέρα (στην ανατροφή) (Χουντουμάδη, 1994).

Θ. Η μητέρα κατά τη διάρκεια της εφηβικής ηλικίας

Η περίοδος της εφηβικής ηλικίας με τις δυσκολίες και τα προβλήματα που παρουσιάζει, επηρεάζει όχι μόνο τον έφηβο που τη διανύει, αλλά και όλους εκείνους που σχετίζονται άμεσα μαζί του. Η παρουσία της μητέρας στη πολυτάραχη ζωή του εφήβου και η συμβολή της σ' αυτή τις περισσότερες φορές αποβαίνει καταλυτική και πολύτιμη.

Η μητέρα είναι το πρόσωπο, που είχε γαλουχήσει τον έφηβο από την βρεφική του ηλικία μέχρι τώρα είναι το πρόσωπο που έμαθε να εμπιστεύεται και να ζητάει βοήθεια.

Βέβαια, αυτός είναι ο κανόνας, αλλά δεν ισχύει πάντοτε για όλους τους εφήβους. Το πρόβλημα που ίσως να υπάρχει συγκεκριμενοποιείται κυρίως στους παράγοντες φύλο και προσωπικότητα. Διαφορετική δηλαδή συμπεριφορά εκφράζει η μητέρα προς το γιο-έφηβο και διαφορετική προς την κόρη και αντίστροφα.

Ο γιος παραχαϊδεύεται και κανακεύετε. Το ενδιαφέρον της μητέρας συνεχώς μονοπωλείτε προς τον αρσενικό έφηβο. Εκείνος κατευθύνεται από τη μητέρα να μεταλαμπαδεύσει μέσα του το πρότυπο του αρσενικού της οικογένειας, που είναι ο πατέρας (στη περίπτωση που αυτός αποτελεί θετικό πρότυπο μίμησης). Η μητέρα ολοένα και περισσότερο χειραγωγεί τον έφηβο προς την ενηλικίωση και στην ενσάρκωση του ρόλου του άνδρα (Τζέιν Σουίγκαρτ, 1992).

Κατά τη Χουντουμάδη (1994) υπάρχει και η αντιφατική πτυχή της συμπεριφοράς της μητέρας προς τον αρσενικό έφηβο. Η μητέρα που έχει καταβάλει έναν αγώνα ζωής, για να μεγαλώσει το παιδί της, δεν θέλει με τίποτα να το δει να αποστασιοποιείται και σιγά σιγά να απομακρύνεται από κοντά της, καθώς γίνεται άνδρας. Για το λόγο αυτό γίνεται (η μητέρα) πολλές φορές προστατευτική και καταλαμβάνει θέση «δρυοκολάπτη» στη σχέση της με το γιό της (χώνει παντού τη μύτη της).

Αυτού του είδους η στάση που διατηρεί η μητέρα απέναντι στον έφηβο γιό της με το να τον σπρώχνει από τη μια προς την ωριμότητα, γνώρισμα που διακρίνει ενήλικο άνδρα και από την άλλη κρατώντας τον ασφυκτικά κοντά της φοβούμενη μην τον χάσει, καθώς μεγαλώνει, σκιάζει την διαύγεια της κρίσης του εφήβου, κάθε φορά που θα κληθεί να αποφασίσει για την πορεία της ζωής του και τον μετατρέπει σε πειθήνιο όργανο της βούλησης των γονιών του, που σε τελική ανάλυση θα τον καταστήσει εξαρτημένο και δυστυχισμένο στη ζωή του.

Αναφορικά, τώρα με την κοπέλα-έφηβο τα πράγματα είναι διαφορετικά. Η κόρη αφενός πρέπει να ακολουθεί τα χνάρια της μητέρας και να βαδίζει πάνω σ' αυτά. Κάθε μητέρα επιθυμεί να μοιάσει η κόρη της σ' αυτή. Αφετέρου η μητέρα επιθυμεί να δει την κόρη της, να αναπτύσσεται και να γίνει καλύτερη από εκείνη.

Η ροπή της κόρης προς την σεξουαλικότητα αρχίζει να φοβίζει τη μητέρα. Νιώθει, ότι απειλείται και προσπαθεί να παρέμβει θεωρώντας, ότι έτσι θα προστατεύσει την κόρη της, δημιουργώντας όμως ταυτόχρονα

ένα κυκεώνα προβλημάτων που αναταράσσει την προσωπική της ζωή (κόρης).

Το αποτέλεσμα είναι, ότι η μητέρα τόσο ως προς το αγόρι όσο και προς την κοπέλα-έφηβη είναι συγκεχυμένη, για το πως θα πρέπει να βαδίσουν τα παιδιά αυτά στο δύσκολο δρόμο της εφηβείας. Το άγχος και η ανασφάλεια την πνίγουν, με αποτέλεσμα να προβαίνει σε γρήγορες και αυχολόγητες, κάποιες φορές, εκδηλώσεις συμπεριφοράς προς τα παιδιά της.

Αυτό που ίσως χρειάζεται η μητέρα, είναι να ενημερωθεί και να ενστερνιστεί, ότι ο έφηβος είναι ένας άνθρωπος με ιδιαιτερότητες και ζει τον δικό του μαγικό κόσμο, τον οποίο κανείς, αν θέλει να βοηθήσει (τον έφηβο), πρέπει να τον βιώνει και όχι να τον ζημιώνει.

Με το να γνωρίζει η μητέρα, ότι ο ρόλος της μέσα στην οικογένεια κατέχει ευρεία απήχηση και ότι μπορεί εύκολα να επηρεάζει, μπορεί να τον εκμεταλλευτεί (ρόλο) στις σχέσεις της με τα παιδιά της, φτάνει να λάβει σοβαρά υπόψη της τις ιδιαιτερότητες που έχει αυτή η ηλικία.

Η μητέρα λοιπόν χρειάζεται να είναι επιστημονικά ενημερωμένη για την περίοδο της εφηβικής ηλικίας, την ταυτότητα του εφήβου και να μην έχει την πεποίθηση, ότι μπορεί να οδηγήσει τα πράγματα μόνο μέσα από τη δική της εμπειρία, μια και εκείνη υπήρξε κάποτε έφηβη. Αντιθέτως θα πρέπει να προσπαθήσει να δει μέσα από τα μάτια των παιδιών της, αυτό που βιώνουν ως κρίση της ταυτότητας τους, για να μπορέσει να πορευτεί μαζί τους την κρίσιμη αυτή περίοδο, που διανύουν τα παιδιά της. (Αναστασία Χουντουμάδη, 1994).

1. Ο ρόλος των αδελφών και η διαφορά τους από μια οικογένεια με έφηβο/η χωρίς αδέρφια.

Σε μια οικογένεια με τρία αδέρφια διαπιστώνεται ότι: Το πρώτο μέλος που στην αρχή ήταν μοναχοπαίδι ήταν κάτι εντελώς ιδιαίτερο. Οι γονείς παρακολουθούν την ανάπτυξη του καταγοπευμένοι, όλα είναι καινούργια γι' αυτούς. Στο δεύτερο παιδί-μέλος της οικογένειας, όλα αυτά τα έχουν ήδη συναντήσει και αντιμετωπίσει, έχουν συνηθίσει στο έργο της αγωγής, έχουν μπει στη «ρουτίνα» του.

Επίσης, η γοητεία που ένιωθαν μπροστά στις εκδηλώσεις του πρώτου παιδιού, δεν τους καταλαμβάνει τώρα, αντίθετα προβαίνουν συχνά σε σύγκριση του δευτέρου μέλους της οικογένειας-εφήβου με το πρώτο. Είναι άσχημο για το δεύτερο μέλος να είναι «στερεότυπο αντίγραφο» του πρώτου. Με τη γέννηση του τρίτου μέλους της οικογένειας, η κατάσταση στην οικογένεια αλλάζει, για άλλη μια φορά θεμελιακά: Τώρα το δεύτερο μέλος εκθρονίζεται εντελώς. Για το μεγαλύτερο μέλος της οικογένειας-έφηβο αυτό αποτελεί ήδη μια γνωστή εμπειρία, που όμως ξέρει, τις περισσότερες φορές, ότι δεν θα τον κάνει να χάσει το ρόλο του ως «μεγάλου».

Παράλληλα ενδυναμώνετε και ο ρόλος του νεαρότερου μέλους: το στερνοπαίδι είναι το χαριτωμένο μικρό που δικαιούται να το παραχαϊδεύουν όλοι από λίγο, αντίθετα, ο ρόλος του μεσαίου μέλους είναι ουσιαστικά ο πιο άχαρος: βρίσκεται ακριβώς «κάπου ανάμεσα», με έναν να προχωράει μπροστά του και τώρα έναν να τον ακολουθεί

σταθερά από πίσω του. Νιώθει, ότι κινδυνεύει τις πιο πολλές φορές να μην του δώσουν σημασία, να πάρει από το διαθέσιμο χρόνο, από την αγάπη και την προσοχή των γονιών ένα πολύ μικρό μερίδιο.

Ο έφηβος χωρίς αδέρφια όμως δεν εκτίθεται σ' όλες αυτές τις επιδράσεις. Δεν ζει το «σοκ» της εκθρόνισης, ούτε τις ανταγωνιστικές συγκρούσεις για την εξασφάλιση της γονεϊκής αγάπης.

Ο έφηβος χωρίς αδέρφια έτσι μένει πάντα «ο ομφαλός του κόσμου» και δεν βρίσκεται υποχρεωμένο στο μέλλον να μοιραστεί τους γονείς, τον χρόνο τους, την αγάπη τους ή την προσοχή τους. Ο έφηβος χωρίς αδέρφια λοιπόν δεν βρίσκεται αναγκασμένος να βιώσει πολλές άσχημες εμπειρίες. Όμως η ζωή του αρνείται και πολλά θαυμάσια βιώματα, πχ. δεν θα γνωρίζει ποτέ την απόλυτη εκείνη αλληλεγγύη, που νιώθουν τα αδέρφια μεταξύ τους, απέναντι στους γονείς, και που τους δίνει ένα υπέροχο συναίσθημα δύναμης. Και δεν θα μπορέσει ποτέ να πει σε άλλα παιδιά: «κοίτα, αν με πειράξεις, θα φέρω τον μεγάλο μου αδερφό και θα δεις». (Sabine Vutz. Dr. Ulrich Unzner, 1995).

Σήμερα οι επιστήμονες εξακολουθούν να ασχολούνται ακόμα με τις ιδιότητες του χαρακτήρα του εφήβου χωρίς αδέρφια. Και σ' αυτόν τον τομέα διακρίνεται και διαπρέπει η αμερικανική έρευνα. Διάφορες έρευνες λοιπόν αποδεικνύουν, ότι οι έφηβοι χωρίς αδέρφια:

- είναι επικεντρωμένοι στους γονείς και προσανατολισμένοι στους μεγάλους περισσότερο από τους εφήβους-παιδιά που έχουν αδέρφια.

- είναι αδύναμοι και μοναχικοί, φοβούνται τις επαφές, δεν είναι ικανοί να μοιράζονται τα πράγματά τους
- δεν είναι ικανοί να συναγωνίζονται
- έχουν ένα είδος «αναπηρίας», επειδή δεν μπορούν να προσαρμόζονται
- ωριμάζουν πρόωγα και είναι «μικρομέγαλοι»
- παρουσιάζουν φιλαυτία και εγωϊσμό
- είναι νευρικοί, ευερέθιστοι, θυμώδη και επιθετικοί
- ανησυχούν, φοβούνται και αγωνιούν πιο πολύ από τους έφηβους που έχουν αδέρφια.

Αντίθετα κάποιες άλλες έρευνες βλέπουν το μονό έφηβο πιο δετικά και πιστεύουν :

- είναι ανεξάρτητοι, εξοπλισμένοι με περισσότερη αυτοπεποίθηση
- δεν είναι μοναχικοί αλλά μάλλον κοινωνικοί
- είναι πιο συνεργάσιμοι από αυτούς που έχουν αδέρφια
- έχουν αρχηγικές ιδιότητες, είναι έξυπνοι, με μεγάλες ικανότητες απόδοσης και πολλές επιτυχίες
- μπορούν να προσαρμόζονται, όπως και οι έφηβοι-παιδιά με αδέρφια ή και καλύτερα
- παρουσιάζουν λιγότερα προβλήματα, ή διαταραχές της συμπεριφοράς από τους εφήβους-παιδιά με αδέρφια.

- δεν είναι εγωιστές
- δεν είναι χαρούμενοι ή πιο ευτυχισμένοι από τους εφήβους-παιδιά με αδέρφια
- τα διασκεδάζει περισσότερο να καταπιάνονται με κάτι, είναι πιο εύθυμοι και πιο αισιόδοξοι από τους εφήβους που έχουν αδέρφια (Αναστασιάδης, 1993).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ IV

A. Χρονολογική οριοθέτηση της εφηβείας

Ο όρος εφηβεία χρησιμοποιείται συνήθως για την περίοδο από τα 12-18 ετών, την μεταβατική περίοδο, απ' την παιδική ηλικία στην ενήλικη ζωή.

Ως αφετηρία της περιόδου λαμβάνεται το χρονικό σημείο στο οποίο το άτομο γίνεται ικανό για αναπαραγωγή και ως πέρασ, το χρονικό σημείο στο οποίο το άτομο θεωρείται έτοιμο να αναλάβει το ρόλο του ενήλικου, παρ' όλο που και τα δύο αυτά χρονικά σημεία δεν μπορούν να προσδιοριστούν ακριβώς.

Ωστόσο η ηλικία δεν είναι πάντα ένας χρήσιμος δείκτης της εξέλιξης του ανθρώπου, αφού οι άνθρωποι διαφέρουν στο ρυθμό της εξέλιξής τους. Οι εξελικτικές περίοδοι αξιολογούνται και από χρονικής πλευράς, αλλά περισσότερο από την εμφάνιση διάφορων αλλαγών στο σώμα, στις σκέψεις, στα συναισθήματα και την συμπεριφορά.

Αλλά και πάλι η εφηβική ηλικία δεν οριοθετείται χρονικά με βάση την Βιολογική ανάπτυξη του ανθρώπου αλλά είναι συνάρτηση και των κοινωνικών δεδομένων από πολιτισμό σε πολιτισμό και από γενιά σε γενιά.

Παρ' όλα αυτά την εφηβική ηλικία, που όπως αναφέρθηκε περιλαμβάνει τη χρονική περίοδο των 12-18 ετών, τυπικά μπορεί να υποδιαιρεθεί σε α) περίοδος της ενήθωσης από τα 12 στα 14 χρόνια που

Μια ολιστική προσέγγιση του θανάτου. Αντιμετώπιση από τον / την έφηβο / η.

χαρακτηρίζεται από το «συμμοριακό πνεύμα» και την ταχεία ανάπτυξη των οργανικών σεξουαλικών λειτουργιών.

β) την μεταβατική περίοδο γύρω στα δεκαπέντε, κατά την οποία το παιδί περνά από την ομοφυλόφιλη στην ετερόφυλη φάση και τελικά

γ) Στην κυρίως εφηβεία από τα 16-18 που χαρακτηρίζεται από την ετεροφυλία και τον ιδεαλισμό. (Τζαίημς Άρδουρ, 1978).

B. Ιδιαίτερα χαρακτηριστικά της εφηβικής ηλικίας

Η εφηβεία είναι η ηλικία στην οποία παρουσιάζονται πολλά και ανάμικτα συναισθήματα, ασυγκράτητη χαρά και απαρνηγόρητη θλίψη, έντονα συναισθήματα μοναξιάς, μεγάλη περιέργεια, μεταβολές στη διάθεση και αμφιβολία είναι μερικά από αυτά.

Όμως, πάνω απ'όλα, η εφηβεία είναι εποχή αλλαγών : Οργανικές, σεξουαλικές και νοπτικές αλλαγές, καθώς και ψυχολογικές αλλαγές συμβαίνουν στον έφηβο, αλλά και αλλαγές στις απαιτήσεις, που η κοινωνία έχει από τα αναπτυσσόμενα μέλη της.

Η εφηβεία είναι ηλικία με ικανότητα για δημιουργία και μάθηση και με ιδιαίτερη έλξη προς την περιπέτεια και τη συντροφικότητα.

Στο κεφάλαιο που ακολουθεί θα γίνει αναφορά στα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά της εφηβικής ηλικίας, όσο αναφορά τη συμπεριφορά του εφήβου, τα συναισθήματα που πλημμυρίζουν την εφηβική ψυχή την ιδεολογία του και την αλλαγή στη σωματική διάπλαση, καθώς και τις νοπτικές αλλαγές του εφήβου.

Σκοπός της μικρής ανάλυσης των χαρακτηριστικών αυτών είναι να γίνει γνωστή εφηβεία από την πλευρά της ψυχολογίας και να αποκτήσουμε μια εικόνα για τις αλλαγές που συμβαίνουν στον έφηβο και είναι καθοριστικές για την ενηλικίωση και την πορεία του στη ζωή σαν ώριμη προσωπικότητα.

(α) Βιοσωματικός τομέας

Στον τομέα αυτό οι αλλαγές της ήβης είναι τόσο απότομες και καθολικές, που δίνουν την εντύπωση ότι η εφηβεία είναι όπως την αποκαλεί ο η Ross « δεύτερη γέννηση».

Κύριο λοιπόν αναπτυξιακό γνώρισμα της εφηβείας είναι η ραγδαία αύξηση και η καθολική μεταλλαγή στη δομή και την λειτουργία όλων των μελών και οργάνων του σώματος. Ορισμένες από τις αλλαγές αυτές αναφέρονται σε εξωτερικά - φυσιογνωμικά χαρακτηριστικά και είναι ορατές, ενώ άλλες συμβαίνουν σε εσωτερικά όργανα και λειτουργίες, που δεν είναι εμφανείς. Κατά την σωματική ανάπτυξη, στην αρχή μεγαλώνουν τα άνω και κάτω άκρα και κατόπιν ο κορμός. Τα σπλάχνα παρουσιάζουν το μέγιστο βάρος του, ο όγκος της καρδιάς αυξάνεται, όπως και η αρτηριακή πίεση. Το μέγεθος του στομάχου αυξάνεται του δε εγκεφάλου έχει σχεδόν ολοκληρωθεί μέχρι τα 14 χρόνια. (Τζαίημς Αρδουρ,1979).

Το αυξητικό τίναγμα της εφηβείας στα μεν κορίτσια αρχίζει στο 10 ½ έτος περίπου, ενώ στα αγόρια το 12 ½ έτος περίπου.

(β) Γνωστικός - νοητικός τομέας

Η πνευματική ανάπτυξη που παρατηρείται στον έφηβο σύμφωνα με τον Μάνο (1990) οφείλεται τόσο σε βιολογικούς παράγοντες, δηλαδή την ισχυροποίηση του νευρικού συστήματος και την πλήρη λειτουργία των αδένων όσο και στον εμπλουτισμό της νόησης από προηγούμενες εμπειρίες.

Όπως αναφέρει ο Piaget (1986) η διάρκεια της εφηβείας είναι η περίοδος που το άτομο διέρχεται την περίοδο των τυπικών αφαιρετικών νοητικών πράξεων. Η σκέψη συλλαμβάνει και επεξεργάζεται όχι μόνο τα πραγματικά αντικείμενα ή γεγονότα αλλά και αυτά που μπορούν να υπάρξουν στο μέλλον.

Διατυπώνει πλέον θεωρητικές προτάσεις που αναφέρονται στην λογική δομή των πραγμάτων. Μπορεί να βρίσκει εναλλακτικές λύσεις για την κατάσταση και να διαμορφώνει προσωπικά συστήματα αξιολόγησης της συμπεριφοράς.

(γ) Συμπεριφορά - κοινωνικός τομέας

Η συμπεριφορά του εφήβου σ' αυτή την ηλικία μπορεί να καταταχθεί σε δύο ομάδες:

α) στη συμπεριφορά που δείχνει την επιθυμία του εφήβου να μείνει παιδί και να μην εγκαταλείψει την ανεμελιά της παιδικής ηλικίας και

β) στη συμπεριφορά που δείχνει την επιθυμία του εφήβου για ωριμότητα και ένταξη στον κόσμο των ενήλικων.

Η συμπεριφορά του εφήβου, ειδικά στην αρχή της περιόδου αυτής της εφηβείας δεν είναι πλέον σταθερή, άλλοτε ο/η έφηβος φέρεται σαν παιδί και άλλοτε σαν μεγάλος/η, άλλοτε σαν πεισματάρης που τον ευχαριστεί να αντιλέγει σε όσα του λένε και άλλοτε είναι γεμάτος διάθεση να συζητήσει και να δείξει κατανόηση και ευγένεια.

Πολλές φορές, η συμπεριφορά του εφήβου προς τους άλλους είναι σκληρή και απερίσκεπτη. Πληγώνει τους γύρω του, αν και ο ίδιος είναι εξαιρετικά ευαίσθητος.

Στη διάθεσή τους υπάρχουν πολλές μεταβολές και κατά συνέπεια και στη συμπεριφορά τους..

Πολλοί έφηβοι σ' αυτό το στάδιο γίνονται εσωστρεφείς και πιο σκεπτικοί. Τους απασχολούν πολλά ερωτήματα, που αφορούν τον κόσμο γύρω τους και την ίδια τους την ύπαρξη. Πολλές φορές οι έφηβοι παρουσιάζονται ευέξαπτοι, με πολλούς φόβους και μελαγχολία και άλλοτε είναι ενδουσιώδεις.

Είναι σημαντικό ότι η συμπεριφορά, που χαρακτηρίζεται σαν τυπικά εφηβική διαφέρει από χώρα σε χώρα και ανάμεσα στις διάφορες κοινωνίες.

Ο έφηβος ενδιαφέρεται για την εμφάνισή του, γιατί προσπαθεί και θέλει να ανταποκρίνονται στον τύπο ανθρώπου, που επιβάλλει η εποχή του ή αντίθετα προσπαθεί να έχει εμφάνιση προκλητική και αντίθετη με τα πρότυπα της εποχής του με σκοπό να προκαλέσει την κοινή γνώμη με την οποία πολλές φορές δεν συμφωνεί.

Ο πιο συνηθισμένος σκοπός της συμπεριφοράς των εφήβων είναι η προσπάθεια να επιδείξουν υπεροχή και να τραβήξουν την προσοχή των άλλων, των συνομήλικων αλλά κυρίως των μεγαλύτερων τους. Η συμπεριφορά των εφήβων στην προσπάθειά τους να δείξουν υπεροχή-«ο αγώνας υπεροχής», όπως χαρακτηρίζεται- εκφράζεται κυρίως με

επιθετικότητα προς άλλα πρόσωπα και προς ζώα, με εχθρική συμπεριφορά, με υπερκινητικότητα και φλυαρία, με προκλητικό ντύσιμο, με χρησιμοποίηση νευρικών κρίσεων και ηγετική διάθεση. (Φράνσις, Ξ. Γουώλτον, Ph. D., 1982).

Πέρα όμως απ' αυτή τη συμπεριφορά του, όπου η ύπαρξη του εφήβου γίνεται έντονα αισθητή από το περιβάλλον του, παρατηρείται και η τάση του να μένει συχνά μόνος. Η κατάθλιψη, η μελαγχολική διάθεση, η ανάγκη για απομόνωση είναι φαινόμενα, που παρατηρούνται συχνά, χωρίς όμως να αποτελούν μόνιμη- ευτυχώς- κατάσταση για το μεγαλύτερο ποσοστό τουλάχιστον από τους εφήβους.

Όλοι οι παραπάνω διαφορετικοί και ίσως αντιθετικοί τρόποι συμπεριφοράς, που χαρακτηρίζουν του έφηβο, εκφράζουν τον κυκεώνα των συναισθημάτων του και τις πολύπλοκες ψυχολογικές καταστάσεις που περνάει στο διάστημα της εφηβικής ηλικίας. (Φράνσις, Ξ. Γουώλτον, Ph. D., 1982).

(δ) Συναισθηματικός τομέας

Η Άννα Φρόυντ έλεγε ότι «η εφηβεία είναι από τη φύση της μια διακοπή της αρμονικής ανάπτυξης του ατόμου που έχει μέσα της όλα τα στοιχεία, που βρίσκει κανείς στα ψυχολογικά άτομα». (Άννα Φρόυντ, 1978 «Το εγώ και οι μηχανισμοί άμυνας» Αθήνα 1978, σελ. 35).

Και ο Spranger αναφέρει ότι «αισθάνεται ο έφηβος ότι βαθύ χάσμα ανέωκται μεταξύ του εγώ και παντός όπερ δεν είναι το εγώ τούτο».

(SPRANGER, E.d. «ψυχολογία της εφηβικής ηλικίας», Μεταφρ. Ν. Ι. Λυβάρη, Αθήνα 1956, σελ. 50).

Η εφηβική συναισθηματικότητα διακρίνεται για τον έντονο χαρακτήρα της, για τη μεγάλη ποικιλία των εκδηλώσεων της καθώς και για τη συχνά παρατηρούμενη- μεταβολή της.

Οι έφηβοι αλλάζουν πολύ εύκολα διάθεση και οι επιθυμίες τους, που κάποια στιγμή τις νιώθουν έντονες, μετά από λίγο μπορεί να μην έχουν γι' αυτούς καμιά αξία.

Συνήθως στις περισσότερες εκδηλώσεις τους φτάνουν στα άκρα και είναι απόλυτοι στα συναισθήματα και στις απόψεις τους. Ερωτεύονται πολύ εύκολα και έντονα. Πιστεύουν ότι το άλλο πρόσωπο είναι για αυτούς κάτι το μοναδικό, αλλά μπορούν και ξεχνάνε πολύ εύκολα, για να ξαναερωτευθούν πάλι με περισσότερη ένταση. Από τη μια πλευρά ρίχνονται με πάθος στη ζωή και σ' όλες της εκδηλώσεις της και από την άλλη νοιώθουν συχνά την ανάγκη να απομονωθούν και αδιαφορούν γι' αυτά που πριν λίγο ήταν πολύ σημαντικά γι' αυτούς. Οι συγκρούσεις με το περιβάλλον τους είναι συχνές και έντονες, γιατί άλλοτε παρασύρονται από τη λαχτάρα τους για το τέλειο και άλλοτε παραμένουν κλειστοί στο Εγώ τους με αποτέλεσμα άλλοτε να είναι πολύ ευχάριστοι στο περιβάλλον τους και άλλοτε να δημιουργούν προβλήματα.

Στην εφηβεία το άτομο διακρίνεται για τα έντονα στοιχεία εγωισμού, που το διακατέχουν. Θέλει να συγκεντρώνει την προσοχή των άλλων

και πιστεύει, ότι αξίζει για κάτι τέτοιο. Παρόλο όμως τον εγωισμό τους είναι έτοιμοι στη φάση αυτή να δοθούν στους άλλους και διακατέχονται από αισθήματα αυτοθυσίας και αφοσίωσης. (Άννα Φρόντ, 1978).

Ο έφηβος έχει κάθε στιγμή τη λαχτάρα να γνωρίσει καινούργιες εμπειρίες. Κάθε τι νέο τον συγκινεί και τον απογοητεύει.

Αισθάνεται πολλές φορές αποκαρδιωμένος και ανησυχεί για την αποδοχή του από το κοινωνικό περιβάλλον και κυρίως από τους συνομήλικούς του. Έχει περιστασιακά ξεσπάσματα και μπορεί να αισθανθεί έντονη θλίψη για την απώλεια ενός φίλου ή μιας φίλης. Τα συναισθηματικά «οκαμπανεβάσματα» είναι συχνά στην ηλικία αυτή. (Τζων Κόνγκερ, 1981).

Η εφηβική ηλικία χαρακτηρίζεται από πλούσια συναισθήματα, από τα οποία τα σπουδαιότερα είναι η φιλία και ο έρωτας, που τα εκδηλώνει στην αλληλογραφία του, σε προσωπικά ημερολόγια, σε λευκώματα, σε επιστολές χωρίς παραλήπτη και με τη σύνδεση ποιημάτων, κυρίως λυρικών για την αγάπη και σκωπτικών για τους εκπαιδευτικούς. Έτσι εκδηλώνει την αυτοέκφραση και την αυτοεπικοινωνία του και εκτονώνεται.

Ένα από τα βασικά γνωρίσματα του συναισθηματισμού του εφήβου είναι η συναισθηματική του αστάθεια, με αποτέλεσμα η λύπη να διαδέχεται τη χαρά, τα δάκρυα, τα γέλια και το αντίθετο. Αυτό τον δυσκολεύει τον έφηβο να αντιμετωπίσει τα πράγματα με αντικειμενικότητα. Γι' αυτό απαιτείται το σχολείο στην περίοδο αυτή με

κατάλληλες ευκαιρίες, να του πλουτίσει τα συναισθήματα και να του δημιουργήσει διάφορα καλά βιώματα. Στην περίοδο αυτή της εσωτερικής αναταραχής παρατηρείται επίσης μια παλινδρόμηση ανάμεσα στη δράση και στο άγχος, στην έκρηξη και στην ηττοπάθεια, το χάος και τη διαύγεια, τη χαρά και την απελπισία. Σε μερικούς εφήβους εκδηλώνεται και μια τάση για νέα δημιουργικότητα (εμφάνιση ταλέντων, αναζήτηση καινούργιων ιδανικών). Αρκετοί έφηβοι, που μοιάζουν για φυσιολογικοί, βασανίζονται από το συναίσθημα της μοναξιάς και συνεχώς προσπαθούν να βρουν ένα αντίδοτο γι' αυτήν. Άλλοι προσπαθούν να την αντιμετωπίσουν με κοινωνικές δραστηριότητες, άλλοι με τη σύναψη σχέσεων με άλλα πρόσωπα, άλλοι με τις διασκεδάσεις και άλλοι καταλήγουν στα ναρκωτικά. Ιδιαίτερα η μαριχουάνα είναι το σπουδαιότερο ναρκωτικό της συντροφικότητας. (Αναστασιάδης, 1993).

Σχετικά με την συναισθηματική αστάθεια η Virginia Satir γράφει τα εξής: «Να θυμάσαι πως όταν κανείς είναι έφηβος, τη μια στιγμή αισθάνεται 40 χρονών και την άλλη πέντε. Έτσι όμως πρέπει να είναι. Όταν οι ενήλικες μεγαλώσουν τον έφηβο, λέγοντάς του «να συμπεριφέρεσαι σύμφωνα με την ηλικία σου», ξεχνούν τη σύγχυση, που επικρατεί μέσα του σ' αυτό το στάδιο της ηλικίας. Όταν όμως ξέρουν οι έφηβοι, ότι οι άλλοι τους αγαπούν, τους εκτιμούν και τους αποδέχονται χωρίς όρους, δέχονται ευκολότερα να τους καθοδηγήσει υπεύθυνα κάποιος ενήλικος. Νοιώθουν απεγνωσμένα την ανάγκη, να έχουν δίπλα τους ενήλικους, που να νοιάζονται γι' αυτούς και να σχεδιάζουν διακριτικά τούτο το ταξίδι μαζί τους». (S.V. Satir σε Α. Στυλιανούδη σελ. 366, 1989).

Γ. Παράγοντες διαμόρφωσης εφηβικής ζωής.

Υπάρχουν ορισμένοι παράγοντες που συντελούν ώστε ο ένας έφηβος να διαμορφώνει έτσι την εφηβεία του κι ο άλλος να τη διαμορφώνει διαφορετικά. Γιατί δεν υπάρχει κανένας έφηβος που να επαναλαμβάνει τον άλλο.

Αυτοί οι «ειδικοί» παράγοντες είναι οι εξής:

α) Η κληρονομικότητα παίζει σημαντικό ρόλο. Είναι το τι φέρνει το παιδί μέσα του, καθώς γεννήθηκε, από πλευράς κινητικότητας ρυθμού, ανησυχιών κ.α. Είναι το λεγόμενο νευρολογικό κύτταρο που πρέπει να υπολογίσει πρώτα κανείς σαν παράγοντα, που διαμορφώνει την εφηβεία.

β) Ένας δεύτερος παράγοντας που επιδρά πολύ στην εφηβεία είναι τα λεγόμενα βιώματα της παιδικής ζωής του εφήβου. Τα παιδικά βιώματα στρέφονται προς δύο κατευθύνσεις, η μια προς τους γονείς και η άλλη προς τα αδέρφια. Βασικό δεμελιακό βίωμα της παιδικής ζωής είναι οι σχέσεις με τους γονείς.

γ) Ένας τρίτος παράγοντας που διαμορφώνει την εφηβεία είναι ο τύπος των γονέων. Γονείς αγχώδεις, φιλόδοξοι, απαιτητικοί, αυταρχικοί χωρισμένοι κτλ. (Χουρδάκη, 1982).

ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΙΣ ΑΝΑΓΚΕΣ ΚΑΙ ΣΤΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΤΩΝ ΕΦΗΒΩΝ

Στην περίοδο αυτής της εφηβείας «το παν γίνεται πρόβλημα στα μάτια των εφήβων». (Debesse,1962).

Θα γίνει προσπάθεια να γνωστοποιηθούν μερικές από τις πιο βασικές ανάγκες και προβλήματα, που είναι, είτε κοινωνικά και προκαλούνται από το περιβάλλον στο οποίο ο έφηβος μεγαλώνει και ζει (οικογένεια, σχολείο, κοινωνία), είτε ατομικά αφού τα προκαλούν οι σωματικές διανοητικές και συναισθηματικές μεταβολές που παρατηρούνται κατά την περίοδο αυτή.

A. Προσωπικές ανάγκες και προβλήματα εφήβων.

1. Ανάγκη για κατανόηση.

Οι έφηβοι ζητούν κατανόηση πάντοτε. Παραπονούνται, πως τους μεταχειρίζονται οι μεγάλοι σαν παιδιά, πως δεν καταλαβαίνουν οι δάσκαλοί τους ,τους εσωτερικούς αγώνες και προβληματισμούς τους, πως δεν δίνουν σημασία στη γνώμη τους. Είναι εξαιρετικά δύσκολο να κερδιθεί η συνεργασία των εφήβων, όταν οι γονείς δάσκαλοι και άλλοι ενήλικες τους μεταχειρίζονται με τρόπους που οι έφηβοι πιστεύουν ότι τους μειώνουν.

2. Ανάγκη για ανεξαρτησία.

Πάνω απ' όλα οι έφηβοι ποθούν ανεξαρτησία. Όσο πιο πολύ νιώθουν αυτάρκειες, τόσο λιγότερο εχθρικοί γίνονται. Θα πρέπει οι γονείς να

επιτρέπουν στους έφηβους να κάνουν της εκλογή τους μόνοι και να χρησιμοποιούν τις δικές τους δυνάμεις.

3. Ανάγκη για υπευθυνότητα

Φυσικό είναι να μην υπομένει αυτή η ζωντανή ηλικία, μια παθητική στάση στη μάθηση και στη ζωή. Θέλουν να δοκιμάζονται και να αξιοποιούνται να παίζουν ένα ρόλο στην τάξη και στη ζωή.

Είναι καλύτερα να μην προτείνουν οι γονείς θεραπείες με λόγια σε δύσκολες περιστάσεις, αλλά αντίθετα να αφήνουν τον έφηβο να χρησιμοποιήσει τη δική του πρωτοβουλία για να αντιμετωπίσει τις καταστάσεις της ζωής.

4. Ανάγκη για γυχαγωγία

Η γυχαγωγία για όλα τα άτομα, αλλά ειδικά για τον έφηβο, αποτελεί ταυτόχρονα απελευθέρωση και ευχαρίστηση, που βοηθάει στην ξεκούραση του ανθρώπου, στην ανάπτυξη της προσωπικότητας του και στη διασκέδασή του.

Η γυχαγωγία αποτελεί το αναντικατάστατο μέσο για συναισθηματική εκτόνωση και χαλάρωση.

Προσφέρει στον έφηβο ηρεμία και ευχαρίστηση και τον βοηθάει να γνωρίσει τον εαυτό του, γνωρίζοντας ποιο είδος γυχαγωγίας του αρέσει και αξιολογώντας τις ανάγκες του στον τομέα αυτό. Ο κάθε έφηβος, ανάλογα με τις προσωπικές του ανάγκες και τα ενδιαφέροντα του διαλέγει το είδος της γυχαγωγίας, που τον καλύπτει σαν προσωπικότητα

5. Επιβεβαίωση της ύπαρξης.

Η αναζήτηση για τη δική του ανδυποστασία είναι το έργο της ζωής ενός εφήβου.

Αναρωπιέται πολλές φορές για το "ποιός είναι". Δεν είναι βέβαιος τι θέλει να γίνει, αλλά ξέρει τι δεν θέλει να γίνει. Φοβάται μήπως γίνει ένας ασήμαντος άνθρωπος ή απομίμηση μιας εικόνας, μια σκλήδρα από ένα απλό κούτσουρο.

Το εφηβικό σώμα γίνεται στην ηλικία αυτή σύμβολο του ΕΓΩ. Η αποτυχία να διαμορφώσει μια σαφή εικόνα του ΕΓΩ οδηγεί σ' αυτό που ο Erikson ονομάζει "σύγχυση ρόλων" και "κρίση ταυτότητας"(Τζων Κόνγκερ, 1981).

6. Η γλώσσα του έφηβου

Η γλώσσα του εφήβου είναι ένα αληθινό όργανο επικοινωνίας. Ο προφορικός και γραπτός λόγος γίνεται τελειότερος, ικανότερος. Το λεξιλόγιο του εφήβου πλουτίζεται. Οι λέξεις αποκτούν μεγαλύτερη "ευλυγισία" και δημιουργικότητα.

Ο έφηβος είναι λεπτολόγος και σχολαστικός στις συζητήσεις του, πολλές φορές μάλιστα σε βαθμό υπερβολικό. Επιμένοντας σε λεπτομέρειες ο έφηβος φθάνει σε αντιρρήσεις και καυγάδες, που όσο προχωρούν αποκαλύπτουν την νεανική αδεξιότητα, μια και λείπει το φως και η δύναμη της εμπειρίας των ενηλίκων.

Η γλώσσα του εφήβου γίνεται πολλές φορές μέσο εκτόνωσης. Στην ηλικία αυτή η γλώσσα γίνεται όργανο ενός εσωστρεφούς μονολόγου ή διαλόγου.

Πολλοί έφηβοι έχουν την τάση να κάνουν χρήση στις μεταξύ τους σχέσεις μιας ασυνήθιστης και "περιθωριακής" γλώσσας. Πρόκειται για ένα είδος *orgut*, για ένα παράξενο κώδικα επικοινωνίας του οποίου χρησιμοποιούν οι νέοι που θέλουν να κρύγουν από τους άλλους τις σκέψεις τους ή να κρατήσουν μυστικά τα προβλήματα που τους απασχολούν. (Γιώργος Ε. Κρασανάκης, 1992).

7. Ιδεολογία εφήβου

Με την είσοδο στην εφηβεία, τα περισσότερα παιδιά και ειδικά αυτά που έχουν την κατάλληλη παιδεία και καλλιέργεια και που το περιβάλλον, μέσα στο οποίο ζουν ευνοεί τη δημιουργία κριτικού πνεύματος, αρχίζουν να αμφισβητούν τις κοινωνικές πολιτικές και θρησκευτικές απόψεις του άμεσου κοινωνικού τους περιβάλλοντος. Δεν δέχονται, ότι τους προσφέρεται ιδεολογικά, αλλά το κάθε τι γίνεται φορέας σκέψης και ερωτηματικών.

Η αλλαγή αυτή στην αντιμετώπιση ιδεών και αξιών δεν συμβαίνει σ' όλους τους έφηβους, αλλά στο μεγαλύτερο ποσοστό αυτών και είναι μια εκδήλωση των εσωτερικών εξελίξεων της ηλικίας αυτής. (Μιχαηλίδη - Ναυάρχου Ανδρέα, 1972)

Επίσης ο Αναστασιάδης στο βιβλίο του "γυχοπαιδαγωγική της εφηβικής ηλικίας" αναφέρει, ότι χαρακτηριστικό της εφηβικής ηλικίας είναι η δυσπιστία και η αμφισβήτηση των παραδοσιακών αξιών και αρχών και η έντονη κριτική τους. Η αμφισβήτηση αυτή των αξιών από τον έφηβο σήμερα γίνεται ακόμη πιο δραματική γι' αυτόν, εξαιτίας της ταχύτατης μεταβολής και αλλαγής των αξιών και της μη σταθερότητας τους, όπως στο παρελθόν.

Κριτικάρει του πάντες (γονείς, εκπαιδευτικούς, διαφόρους αξιωματούχους συμμαθητές) και τα πάντα (δεσμούς, αξίες, αρχές). Αμφισβητεί τις αντιλήψεις και τις πεποιθήσεις των ώριμων και γενικά τις παραδόσεις, που τις θεωρεί καθυστερημένες, ξεπερασμένες και μεσαιωνικές και προτείνει για πολλά θέματα και προβλήματα δικές τους λύσεις. Ενώ όμως από τη μια είναι αντιδογματικός και χτυπά τις αυθεντίες και το κατεστημένο, από την άλλη γάχνει για νέα πρότυπα και ιδανικά και γίνεται οπαδός νέων ιδεών και ιδεολογιών, που τις υπερασπίζεται με φανατισμό.

Από την τάση του για αμφισβήτηση και κριτική μπορεί να φτάσει και στην άρνηση κάθε λογικής διαδικασίας και να οδηγηθεί ακόμη και σε θρησκευτική κρίση.

Παράλληλα ο Γκαίτε στο Φάουστ (112)! παρουσιάζει τον ιδεαλισμό και το ονειροπόλημα αυτό του εφήβου ως εξής: «Ο κόσμος δεν υπήρξε, προτού τον φτιάξω. Τον ήλιο τον ανέβασα από την θάλασσα και τον ξεκίνησα. Με μένα άρχισαν τα αλλαζοφέγγαρα, το φως της ημέρας με τα πρασινίσματα της γης και των άστρων τα λαμποφεγγίσματα. Ποιός άλλος από μένα έσπασε τα δεσμά των οπισθοδρομικών μυαλών των Φιλισταίων; Και τώρα ελεύθερος, ενώ σύμφωνα με το πνεύμα μου ακολουθώ περίχαρα το εσωτερικό μου φως και περπατώ γοργά μες στη μαγεία μου, το φως μπροστά μου και το σκοτάδι πίσω μου». Αναστασιάδης, 1993).

8. Εφηβική θρησκευτικότητα

«Όλοι οι ψυχολόγοι συμφωνούν, πως η περίοδος αυτή των ριζικών ανακατατάξεων της προσωπικότητας αντιστοιχεί με απότομη σχεδόν

ανάπτυξη του θρησκευτικού συναισθήματος». Άτομα που δεν αναπτύχθηκαν σε θρησκευτικό περιβάλλον ή και άτομα που στη μετέπειτα ζωή τους πρόκειται να σταθούν αρνητικά, ή αδιάφορα απέναντι στις μεταφυσικές αναζητήσεις κατά την εφηβεία, ζουν έντονα για τρία ή τέσσερα συνήδως χρόνια το θρησκευτικό προβληματισμό.

Το σπουδαιότερα χαρακτηριστικά της εφηβικής θρησκευτικότητας ίσως είναι ότι σε πρώτη φάση απασχολεί σοβαρά, όχι μόνο το νου, αλλά ολόκληρη την ύπαρξη του εφήβου και σε δεύτερη φάση ότι είναι προσωπική η σχετική λύση που δίνεται από τους εφήβους. (Κοστόπουλος Αλεξ. «Ψυχολογία και οδηγητική της παιδικής και νεανικής ηλικίας», Πάτρα 1980).

Η αναζήτηση του Θεού πηγάζει από την ίδια ορμή για αναγνώριση και επιβεβαίωση του ΕΓΩ του. Προκειμένου να απαντήσει στο ερώτημα «ποιος είμαι» αισθάνεται την ανάγκη να φωτίσει τα ερωτήματα «από που έρχομαι», «γιατί», «που πηγαίνω». Αναζητώντας μέσα από την απόκριση αυτή το γενικότερο νόημα της ζωής του.

Η αρχή της εφηβείας και μέχρι τα 16 χρόνια είναι η ηλικία των μεγάλων ερωτηματικών γύρω από την ύπαρξη του Θεού.

Στην ώριμη πλέον εφηβεία, ο έφηβος αρχίζει να εγκαταλείπει τη θρησκευτική θεώρηση της ζωής και του κόσμου, ή προχωρεί σε μια προσωπική θρησκευτικότητα. «Ο έφηβος πιστεύει ένα θεό «αισθητό» στη δική του καρδιά, ένα θεό που ενδιαφέρεται προσωπικά γι' αυτόν». (Κοσμόπουλος Αλέξ, 1980).

Β. Ψυχοκοινωνικές ανάγκες και προβλήματα εφήβων

1. Φιλία.

Η φιλία κατέχει την κεντρική θέση στην κλίμακα των αξιών των εφήβων, σύμφωνα με τα αποτελέσματα της έρευνας του Ε.Κ.Κ.Ε. που έγινε το 1984.

Η εφηβική ηλικία όπως φαίνεται από τις μαρτυρίες πολλών μεγάλων προσωπικοτήτων που έζησαν αυτό το έντονο δεσμό, είναι αισθητή με πάθος και αποκλειστικότητα μοναδική.

Τα χαρακτηριστικά της εφηβικής φιλίας, μπορούν να συνοχιστούν στα εξής:

α) Πρόκειται για μια έντονη συμπάθεια δυο εφήβων με σκοπό την ταύτιση. Η συμπάθεια αυτή μεταξύ ομοφύλων ή ετερόφυλων έχει μερικές φορές ερωτική ροπή, η οποία αποτελεί "κανονικό μεταβατικό στάδιο" (Spranger Ed. από Κοσμόπουλο Αλέξ. , 1956).

β) Είναι έκφραση της πορείας του εφήβου προς το Τέλειο και το Απόλυτο, έκφραση ανάγκης της ανάγκης να γεφυρωθεί το βίωμα της ψυχικής μοναξιάς με την αλληλοκατανόηση και την αλληλοσυμπλήρωση.

Η φιλία δεν εμφανίζεται βέβαια με αυτά τα χαρακτηριστικά σε όλους τους εφήβους, ούτε είναι πάντα, τόσο έντονη και αποτελεσματική.

2. Κοινωνικά ενδιαφέροντα

Το χαρακτηριστικό του εφήβου είναι, ότι ασχολείται με λιγότερα πράγματα και αντιστέκεται αποφασιστικά σε όσους θέλουν να τον υποχρεώσουν να κάνει κάτι που δεν τον ενδιαφέρει.

Όπως αναφέρει στο βιβλίο του "Έφηβοι και παιδεία" ο Μιχαηλίδης Νουάρος, (1972) ο Kubler σε μια σχετική έρευνα τονίζει τα εξής στην εξέλιξη των ενδιαφερόντων του εφήβου.

1. Η προσωπικότητα, τα ενδιαφέροντα αλλάζουν κάτω από την επιρροή διαφόρων σωματικών, πνευματικών και πολιτιστικών παραγόντων.

2. Ο ρυθμός αλλαγής, των ενδιαφερόντων επιβραδύνεται όταν ο έφηβος εισέρχεται στη β' φάση της εφηβικής ηλικίας.

3. Το επίπεδο ωριμότητας του εφήβου επηρεάζει την εμφάνιση, την διατήρηση και την ανάπτυξη ενός ενδιαφέροντος. Όταν το ενδιαφέρον αυτό "μένει πίσω" σε σύγκριση με την ηλικία του ατόμου εγκαταλείπεται.

Τα ενδιαφέροντα των εφήβων είναι ζωντανό κομμάτι της προσωπικότητας του και αποκαλύπτουν τα "κίνητρά της" με άμεσο ή έμμεσο τρόπο. Τα ενδιαφέροντα της εφηβικής ηλικίας σχετίζονται επίσης με την ποιότητα της προσαρμογής του εφήβου στο κοινωνικό περιβάλλον του.

3. Ανάγκες για πρότυπα

Οι γονείς που αποτελούσαν μέχρι τώρα τα πρότυπα των παιδιών

παύουν να έχουν την πρωταρχική σημασία στη δημιουργία προτύπων. Οι έφηβοι τώρα στις συναλλαγές τους με το κοινωνικό περιβάλλον προσπαθούν να βρουν νέα πρότυπα, που να εκφράζουν τις προσωπικές τους απόψεις και να προκαλούν τους εφήβους να τα γνωρίσουν και να αποφασίσουν τι θα διαλέξουν. (Τζαίημς Άρθουρ Χαντφιλντ, 1979).

4. Συνομήλικοι

Η θέση του έφηβου μέσα στην εφηβική ομάδα και οι προσωπικές σχέσεις που αναπτύσσει με τους συνομηλίκους του παίζουν καθοριστικό ρόλο στην ομαλή ανάπτυξη της προσωπικότητάς του .

Οι έφηβοι δημιουργούν μια δική τους "μικρή κοινωνία" που έχει βέβαια πολλές σχέσεις με τον κόσμο των ενηλίκων, αλλά που ασφαλώς δεν παύει να είναι κάτι το ξεχωριστό από αυτόν. Αρκετοί έφηβοι έχουν την τάση να σχηματίζουν "κλειστές" εφηβικές ομάδες που δεν δέχονται επιρροές από το γύρω περιβάλλον- τουλάχιστον έντονες. Βέβαια, υπάρχουν τέτοιες ομάδες. Η μεγάλη όμως πλειοψηφία των εφήβων προτιμά να μην ανήκει σε κάποια μικρή ομάδα που αναγνωρίζει έναν αρχηγό, να μην υπακούει σε αυστηρούς κανόνες και να μην επιβάλλεται σε πειθαρχία.

Ο έφηβος, μέσα από την ομάδα των συνομηλίκων, διδάσκεται ο ίδιος, αλλά μαθαίνει και στους άλλους. Εκθέτει τις ιδέες του και ακούει την κριτική των άλλων εφήβων. Οι γνώμες που αναφέρει είναι φαινομενικά απρόσωπες. Στην πραγματικότητα όμως, μιλά πάντοτε για τον εαυτό του, για τους γονείς του, τους καθηγητές του, για το αντίθετο φύλο. (Τζων Κούγκερ, 1981).

Γ. Χαρακτηριστικά εφηβικής συμπεριφοράς ενδεικτικά υψηλής επικινδυνότητας.

Μερικά χαρακτηριστικά εφηβικής συμπεριφοράς ενδεικτικά υψηλής επικινδυνότητας και παράγοντες επικινδυνότητας, τόσο στον έφηβο όσο και στην οικογένειά του, είναι τα εξής:

1. Φυσιολογικό και παροδικό στρες

Αυτά απορρέουν από τις πολλές πιέσεις που δέχεται ο έφηβος, πιέσεις εσωτερικές και εξωτερικές. Στην περίπτωση αυτή ο φυσιολογικός έφηβος μπορεί να λειτουργεί, φυσιολογικά, ακόμη και αν έχει συμπτώματα στρες.

2. Ψυχική διαταραχή νευρωτικού τύπου

Πρόκειται για μια ψυχική διαταραχή που έχει ως αποτέλεσμα την παρεμπόδιση της ομαλής αναπτυξιακής διαδικασίας. Η διαταραχή αυτή δεν εμποδίζει τον έφηβο να αντιμετωπίζει τις εσωτερικές πιέσεις και τις πιέσεις από την εξωτερική πραγματικότητα.

3. Ψυχική διαταραχή με τη μορφή της γύχωσης

Στην περίπτωση αυτή, ο έφηβος έχει την επαφή με την πραγματικότητα, δεν μπορεί να ξεχωρίσει τι συμβαίνει στην εξωτερική πραγματικότητα και τι είναι παράγωγο του νου του. (Γιάννης Τσιάντης, 1993).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ V

ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ

A. Ιστορική θεώρηση θανάτου και πένθους στις βιομηχανικές κοινωνίες

Ο Άριες (1988), διακεκριμένος Γάλλος ιστορικός, ο οποίος ασχολήθηκε με το θέμα του θανάτου, ερεύνησε τη στάση του ανθρώπου μπροστά στο θάνατο μέσα στις διάφορες εποχές. Στο βιβλίο του «Ο άνθρωπος μπροστά στο θάνατο» φανερώνεται μέσα από μια ιστορική θεώρηση η στάση των ανθρώπων των βιομηχανικών κοινωνιών απέναντι στο θάνατο και η έκφραση του πένθους χθες και σήμερα. Έτσι ο συγγραφέας περιγράφει το βαθμιαίο πέρασμα από τον «εξημερωμένο» θάνατο του Μεσαίωνα στον «απαγορευμένο» θάνατο της εποχής μας. Αναφερόμενοι στον «εξημερωμένο» θάνατο, (σελ.12) λει ότι: «Ο θάνατος κατά την Μεσαιωνική εποχή επέρχονταν ύστερα από προειδοποίηση του ιδίου του μελλοθάνατου με σωματικές ενδείξεις ή από μια εσωτερική βεβαιότητα. Όλοι λοιπόν δέχονταν τον θάνατο με ηρεμία και απλότητα. Ο θάνατος ήταν ταυτόχρονα οικείος, κοντινός και μοιραίος». Στην συνέχεια ο ίδιος συγγραφέας αναφέρει ότι η παραδοσιακή οικειότητα που παρατηρούνταν εκείνη την εποχή απέναντι στο θάνατο συνδέονταν με μια συλλογιστική αντίληψη της μοίρας. Ο άνθρωπος υφίστατο με το θάνατό του έναν από τους μεγάλους νόμους

του είδους του και έτσι δεν σκεφτόταν ούτε να τον αποφύγει αλλά και ούτε να τον ευθειάζει.

Όσον αφορά την έκφραση του πένθους κατά τον Μεσαίωνα όπως παρατηρεί ο Άριες (1988), οι πιο σκληροί πολεμιστές και οι πιο διακεκριμένοι άρχοντες σωριάζονταν μπροστά στα σώματα των φίλων ή συγγενών, οι οποίοι ξεσπούσαν με βίαιες εκδηλώσεις πένθους όπως σκίσιμο των ρούχων τους ξερίζωμα μαλλιών και γδάρισμα του προσώπου τους.

Από τον 13^ο αιώνα οι εκδηλώσεις πένθους χάνουν τον αυθορμητισμό τους και η όλη διαδικασία ακολουθεί μια συγκεκριμένη ιεροτελεστία. Είναι γνωστός ο ρόλος των μοιρολογιστών, όπου με πληρωμή αναλαμβάνουν το θρήνο και το μοιρολόγι για το νεκρό. Ενώ στα τέλη του 18^{ου} αιώνα και στις αρχές του 19^{ου} επανέρχεται ο αυθορμητισμός του Μεσαίωνα όσον αφορά τις πένθιμες εκδηλώσεις, (Άριες 1988).

Ο Άριες (1988) αναφερόμενος στον «απαγορευμένο» θάνατο επισημαίνει ότι ο 19^{ος} αιώνας σφραγίζει την αρχή μιας νέας αντιμετώπισης θανάτου και πένθους. Από τον 19^ο αιώνα οι εικόνες θανάτου και πένθους γίνονται όλο και πιο σπάνιες. Ο άνθρωπος των βιομηχανικών κοινωνιών τείνει να δώσει στο θάνατο καινούργιο νόημα. Τον εξυμνεί και τον δραματοποιεί. Διαπιστώνει όμως ο Άριες (1988) ότι ο θάνατος στη σημερινή εποχή θεωρείται ολοένα και περισσότερο σαν μια υπέρβαση η οποία τραβάει τον άνθρωπο από την καθημερινή του ζωή, από την κοινωνία του, από τη μονότονη δουλειά του και τον

υποβάλλει σε έναν παροξυσμό. Σε όλες τις βιομηχανικές κοινωνίες σήμερα ο θάνατος αντιμετωπίζεται σαν «ταμπού». Είναι θέμα τόσο απαγορευμένο, για το οποίο αποφεύγουν όλοι να μιλούν. Το πένθος παύει να θεωρείται ένα απαραίτητο χρονικό διάστημα σεβαστό από την κοινωνία και γίνεται μια νοσηρή κατάσταση, η οποία θα πρέπει να θεραπευτεί και να συντομευτεί. Η αναγκαιότητα της ευτυχίας, το φυσικό καθήκον και η κοινωνική υποχρέωση συμμετοχής στη συλλογική ευτυχία είναι κάποιοι λόγοι που κατά τον Άριες (1988) μετατρέπουν το πένθος σε μια κατάσταση εσωτερική την οποία αντιμετωπίζει μόνο του το άτομο που πενθεί.

B. Αντίληψη θανάτου και πένθους στην Ελληνική Κοινωνία

Στο κεφάλαιο αυτό θα γίνει αναφορά στην αντίληψη του θανάτου και πένθους από την ομηρική εποχή μέχρι σήμερα.

α. Η αντίληψη θανάτου και πένθους στην ομηρική εποχή

Ο θάνατος ήταν θεός των Ελλήνων. Ήταν γιος του Ερέβου και της Νύκτας και δίδυμος αδελφός του Ύπνου και της λήθης. Στον κάτω κόσμο, δηλαδή στον Άδη θεοί του θανάτου ήταν ο Πλούτωνας, η Περσεφόνη και ο ίδιος ο θάνατος. Σύμφωνα με της ομηρικές δοξασίες οι νεκροί ζανάρχονται στα όνειρα σαν χλωμές σκιές. Από τις δοξασίες αυτές γεννήθηκε η πίεση των ομηρικών ανθρώπων ότι με το θάνατο κάτι χωρίζεται από το σώμα. Οι ομηρικοί άνθρωποι φαντάστηκαν το θάνατο με διάφορες μορφές, άλλες ήπιες και άλλες φοβερές. Τον θάνατο στις μάχες του προσωποποιούσαν με δηλυκές θεότητες, φοβερές στην όψη, μαύρες, ολέθριες και κακές. Τις ονόμαζαν «κώρες» και τις περιέγραφαν ντυμένες με κατακόκκινα από το αίμα ρούχα. Δρούσαν στο πεδίο μάχης μαζί με την Έριδα, το Σάλο του πολέμου και άλλους ακόλουθους του θεού Άρη, σέρνοντας βίαια τραυματίες και νεκρούς. Ο Άδης όπου πήγαιναν οι ψυχές μετά το θάνατο ήταν τόπος σκοτεινός και αραχνιασμένος. Ο ευρύτατος αυτός χώρος ήταν άχαρος, μουχλιασμένος και τρόμαζε όχι μόνο ανθρώπους αλλά και θεούς. Στον Άδη οι νεκροί δεν διατηρούσαν τις δυνάμεις της επίγειας ζωής ήταν είδωλα, σκιές που στερούνταν νου και φωνή. Δεν είχαν οστά και σάρκες, διατηρούσαν

όμως το σχήμα του σώματος και περνούσαν τη ζωή τους όπως περνούσαν στην Γη πριν το θάνατο (Παπαγεωργίου, 1996).

Η ζωή λοιπόν στον Άδη δεν είχε αξία και αυτό γιατί η αρχαία ομηρική αντίληψη για την ανθρωπινή ζωή τοποθετούσε το κέντρο βάρους πάνω στη Γη. Έτσι ο ομηρικός άνθρωπος θρηνούσε και οδύρετο για την απώλεια της ζωής στον πάνω κόσμο. Χαρακτηριστικό είναι το παράδειγμα στην Ιλιάδα (Π. 855-857) όπου φαίνεται ο θρήνος του Πατρόκλου για τον εαυτό του, αφού τον σκότωσε ο Έκτορας.

«Ως είπε ταύτα, ευθύς ο θάνατος σκέπασε τα μάτια, και από το κορμί η γυχή του επέταξε να κατεβεί στον Άδη, θρηνολογώντας για τη μοίρα της, που άφησε αντρεία και νιότη».

Η ομηρική, λοιπόν, αντίληψη θεωρούσε την ανθρωπινή ζωή πάνω στη γη σαν το μεγαλύτερο πράγμα του κόσμου και την στέρσή της σαν τη μεγαλύτερη δυστυχία. Αυτή η αντίληψη της ομηρικής εποχής πέρασε διαμέσου των αιώνων και διασώθηκε μέχρι και σήμερα με τη δημοτική μας ποίηση και το μοιρολόγια του λαού μας.

β. Η αντίληψη θανάτου και η έκφραση πένθους στην Αρχαία Ελλάδα

Οι τραγικοί ποιητές χαρακτηρίζαν το θάνατο όχι σαν εχθρό του ανθρώπου αλλά ως μέγιστο ευεργέτη και μάλιστα ως ιατρό, αφού πίστευαν ότι απαλλάσσει τους θνητούς από τους πόνους.

Ο Πλάτων υποστήριζε ότι είχε κάνει μια φροντίδα: να πεθάνει. Ο θάνατος σύμφωνα με την αντίληψη που επικρατούσε στην αρχαία Ελλάδα δήλωνε χωρισμό της ψυχής και του σώματος. Όταν πεθαίνει το σώμα, η ψυχή παρέμεινε αθάνατη και έτσι η ζωή παρατείνονταν επ' άπειρον (Macbawell 1988).

Στην αρχαία Ελλάδα η τελική φάση μιας απλής και λιτής ζωής ήταν μια διακριτική ταφή. Τα ζητήματα που ρυθμιζόνταν με νόμο στην αρχαία Σπάρτη, σύμφωνα με την Macbawell (1988) ήταν τα εξής τρία:

- Ο ενταφιασμός αντικειμένων μαζί με το σώμα του νεκρού
- Η επιγραφή του ονόματος
- Η διάρκεια πένθους

Οι νόμοι ήταν σχεδιασμένοι έτσι ώστε να εμποδίζουν την υπερβολική επίδειξη λύπης. Η σύντομη περίοδος πένθους, σύμφωνα με τον Macbawell (1988) μπορεί να αντιπαρατεθεί με την περίοδο των τριάντα ημερών από το θάνατο, που φαίνεται να θεωρούνται κανονική στην Αθήνα.

Κανένας όμως από τους περιορισμούς των νόμων δεν ίσχυε για τον θάνατο του βασιλιά. Υπήρχε ακόμη κανονισμός όπου επιφύλασσε τη μεγαλύτερη τιμή για έναν άνδρα που πέθανε στον πόλεμο ή μια γυναίκα που πέθανε την ώρα του τοκετού. Αυτό ταιριάζει απόλυτα με την Σπαρτιάτικη αρχή που έλεγε ότι ο σκοπός του άνδρα στην ζωή του ήταν να είναι καλός στρατιώτης και μιας γυναίκας να είναι η μητέρα καλών στρατιωτών.

γ. Η αντίληψη θανάτου και οι εκδηλώσεις πένθους κατά τους πρώτους μεταχριστιανικούς χρόνους και σήμερα.

Η Παλαιά Διαθήκη σύμφωνα με τον Φάρο (1981), η οποία περιέχει τον πυρήνα της χριστιανικής θεολογίας για το θέμα του θανάτου, εκφράζει μια στάση αποδοχής απέναντι στο γεγονός του θανάτου. Στην Παλαιά Διαθήκη, κατά τον ίδιο συγγραφέα, η θλίψη που προκαλεί ο θάνατος εκφράζεται αβίαστα με δρήνους, φωνές, κλάματα, ξέσκιμα ρούχων, πένθιμη αμφίεση και μια περίοδο πένθους που άλλοτε διαρκεί καθορισμένο χρονικό διάστημα και άλλοτε για ακαθόριστο χρόνο. Με ανάλογες εκδηλώσεις, εκφράζεται και στην Καινή Διαθήκη η θλίψη που προκαλεί ο θάνατος.

Με την άφιξη του Χριστιανισμού είναι φανερό ότι η αντίληψη για τον θάνατο και το πένθος διαφοροποιείται. Το ελπιδοφόρο μήνυμα του για το θάνατο καθησυχάζει τους πιστούς και έτσι γενικά παρατηρείται μια σχετική στωικότητα και ηρεμία. «Η νίκη του Χριστού κατά του θανάτου επέτρεψε στον άνθρωπο να νικήσει τον θάνατο ακολουθώντας το δρόμο που Εκείνος άνοιξε» (Φάρος 1981).

Έτσι κατά την Χριστιανική αντίληψη ο θάνατος είναι το σπουδαιότερο γεγονός της ζωής που ανοίγει την πύλη της αιωνιότητας. Δεν είναι εκμηδενισμός αλλά μια προσωρινή κατάσταση που προετοιμάζει τον άνθρωπο για μια καινούργια ζωή. Ο Απόστολος Παύλος (Κορ. Α' 15, 41-42) αναφέρει ότι δεν τελειώνουν όλα στον τάφο, αλλά αντίθετα όλα αρχίζουν από εκεί. Σε μια τέτοια θεώρηση θανάτου της χριστιανικής

αλήθειας ο άνθρωπος λυπάται βέβαια, όπως και για κάθε χωρισμό, αλλά δεν απελπίζεται, γιατί ξέρει πως η προσωρινή ζωή της γης δεν είναι παρά ο προθάλαμος της άλλης της παντοτινής. Βασικά οι χριστιανοί πατέρες αποδέχονταν τη θλίψη που προκαλούσε ο θάνατος ενός προσφιλούς προσώπου το πένθος και το θρήνο, ενώ καταδίκαζαν τις υπερβολές.

Επιπλέον γίνεται γνωστό ότι στα πρωτοχριστιανικά χρόνια, που παρατηρούνταν πλήρη ταύτιση των ανθρώπων με τις χριστιανικές αντιλήψεις, η ιδέα για τον θάνατο δεν τρομάζε τους ανθρώπους, βέβαια δεν ήταν ένα ευχάριστο γεγονός αλλά θεωρούνταν αναγκαίο για την μετάβαση του ανθρώπου στην αιωνιότητα (Βασιλειάδης, 1986).

Η ελληνική αντίληψη για το θάνατο και ο τρόπος εκδήλωσης του πένθους, που στηρίζεται στην χριστιανική παράδοση τα τελευταία χρόνια έχουν υποστεί τρομακτικές μεταμορφώσεις και μεταβολές. Η απομάκρυνση από την Χριστιανική πίστη, με την υπεραξία της παρούσας ζωής, την αίσθηση παντοδυναμίας του ανθρώπου και ο σφοδρός βομβαρδισμός από ξένες πολιτιστικές επιδράσεις κυρίως της Δυτικής Θεολογίας του θανάτου έκαναν τον σύγχρονο Έλληνα να φοβάται να αποστρέφεται και να αρνείται το θάνατο. (Φάρος 1978).

Έτσι σήμερα η αντιμετώπιση θανάτου και πένθους της ελληνικής κοινωνίας παρουσιάζει πολλές ομοιότητες με εκείνη του Δυτικού πολιτισμού.

Όπως παρατηρεί ο Φάρος (1981) ο διαρκώς αυξανόμενος ολυωστικισμός, η αδειΐα, η έμφαση στον ηδονισμό, η θεοποίηση της νεότητας, η απόδοση ιδιαίτερης αξίας στην κατανάλωση, έχουν αποδυναμώσει την ικανότητα της οργανωμένης χριστιανικής θρησκείας και βοηθήσει στην αποτελεσματική αντιμετώπιση του θανάτου και του πένθους. Σήμερα ο σύγχρονος άνθρωπος αδιαφορώντας για τον παράδεισο της γυχής παρασυρόμενος από τις απολαύσεις και τις διευκολύνσεις της πλούσιας κοινωνίας, δίνει έμφαση στο νόημα της ζωής προσπαθώντας να μειώσει τις πιθανότητες θανάτου, πράγμα που δηλώνει την αποστροφή του προς αυτόν. Όσον αφορά το πένθος στην σημερινή Ελληνική κοινωνία παρατηρείται μια τάση εσωτερίκευσης των συναισθημάτων θλίψης που δημιουργεί η απώλεια ενός προσφιούς προσώπου στον πενθούντα. Στην Ελλάδα σήμερα διακρίνεται μια αποφυγή των δυσάρεστων συναισθημάτων που προκαλεί η απώλεια ως ένδειξη ανάπτυξης, εξέλιξης και καλλιέργειας, πράγμα που κάνει το άτομο που πενθεί να πνίγει τα δυσβάσταχτα συναισθήματα θλίψης και θρήνου στο βωμό της κοινωνικής αναγνώρισης και αποδοχής. Ωστόσο όμως κατά τον Φάρο (1978) στη σημερινή ελληνική κοινωνία παρατηρείται μια διαφοροποίηση μεταξύ των λαϊκότερων τάξεων και των ανθρώπων της υπαίδρου από τη μια και των αστών από την άλλη.

Η διαδικασία πένθους στις λαϊκότερες τάξεις είναι αυθόρμητη, αφού δεν περνάει από το στάδιο της αυτοσυγκρατήσεως ενώ η αστική τάξη φαίνεται να ακολουθεί τη γραμμή που παρατηρείται στις Δυτικές κοινωνίες, οι οποίες θεωρούνται κοινωνικά αναπτυγμένες με

Μια ολιστική προσέγγιση του θανάτου. Αντιμετώπιση από τον / την έφηβο / η.

χαρακτηριστικό γνώρισμα τη μη εξωτέρικευση των συναισθημάτων
θλίψης πράγμα που από τα σύγχρονα θανατολογικά συμπεράσματα
θεωρείται επικίνδυνο για την ψυχική και σωματική υγεία του πενθούντος.

ΚΟΙΝΩΝΙΟΛΟΓΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΘΑΝΑΤΟΥ ΚΑΙ ΠΕΝΘΟΥΣ

Α. Στάσεις και πεπαιθήσεις για το θάνατο και το πένθος σε διάφορες κοινωνίες.

Το θέμα του θανάτου είναι ένα θέμα που απασχολεί πολύ περισσότερο σήμερα όλες τις κοινωνικές και όλες της κοινωνικές ομάδες σε παγκόσμια κλίμακα. Μια σειρά από ανθρωπολογικές μελέτες εντοπίζουν τις σημαντικές διαφορές που υπάρχουν στον τρόπο που ερμηνεύεται και αντιμετωπίζεται ο θάνατος στους διάφορους πολιτισμούς και θρησκείες.

Η Ross (1988), η οποία ασχολήθηκε με ανθρώπους διαφόρων πολιτισμών και θρησκειών παρατηρεί ότι το πρόβλημα του θανάτου είναι ερώτημα παγκόσμιο, μα η απάντηση ποικίλει ανάμεσα σε διάφορες κουλτούρες. Ακόμη υποστηρίζει ότι εκτός από τους διαφορετικούς τρόπους αντιμετώπισης των ετοιμοθανάτων, πολλές κοινωνίες, ερμηνεύουν διαφορετικά το γεγονός του θανάτου και του πένθους. Λαμβάνοντας υπόψιν τις παραπάνω διαπιστώσεις κρίνεται αναγκαίο στο σημείο αυτό να αναφερθούν απόψεις διαφόρων ενδεικτικών πολιτισμών, οι οποίοι προσδίδουν στο θάνατο και στο πένθος διαφορετική σημασία.

α. Εβραϊκή άποψη θανάτου και πένθους.

Η εβραϊκή κουλτούρα στηριζόμενη στον Ιουδαϊκό νόμο που ωρίμασε μέσα από εμπειρίες πόνου αιώνων και αγώνων για επιβίωση απαιτεί θάνατο με αξιοπρέπεια.

Έτσι η Ιουδαϊκή παράδοση αντιμετωπίζει το θάνατο κατά πρόσωπο και τον θεωρεί ως το τελευταίο στάδιο εξέλιξης της ζωής. Ο Ιουδαϊκός νόμος εγκρίνει ή και αξιώνει πολλές φορές την απόσυρση κάθε παράγοντα - ανεξάρτητα αν είναι ξένος στον άρρωστο ή όχι - που μπορεί να καθυστερεί τεχνικά την εξέλιξη της τελικής φάσης.

Ο Gordon (1975) αναφέρει: «Οι Ιουδαϊκές απόψεις για το θάνατο και οι ιουδαϊκοί τρόποι πένθους έχουν σοφία. Έχουν σοφία γιατί δίνουν ένα ολοκληρωμένο πλαίσιο μέσω του οποίου ο άνθρωπος μαθαίνει να δέχεται το θάνατο, να πενθεί με την καρδιά του και να επανέρχεται ολόκληρος στη ζωή» (Ross, 1988, σελ. 81.)

Όσον αφορά το πένθος, όπως περιγράφει ο ίδιος συγγραφέας (1975), ο Ιουδαϊσμός δεν επιτρέπει σ' αυτόν που πενθεί να δραπετεύσει από την πραγματικότητα του θανάτου, αντίθετα των υποβάλλει να την αντιμετωπίζει και τον οδηγεί μέσα από ένα ολόκληρο δίκτυο κηδευτικών και πένθιμων διαδικασιών που τον συμφιλιώνουν με το θάνατο. Η εβραϊκή κηδεία χαρακτηρίζεται από ρεαλισμό και απλότητα. Όλες οι κηδευτικές διευθετήσεις αναλαμβάνονται υποχρεωτικά από το άτομο που πενθεί δίνοντας του την ευκαιρία να κάνει πράγματα για τον νεκρό του.

Η πιο εντυπωσιακή έκφραση λύπης στους Εβραίους, όπως αναφέρει ο Gordon (1975) είναι το ξέσκισμα των ρούχων λίγο πριν την κηδεία, επιτρέπονται σ' αυτούς που πενθούν να δώσουν διέξοδο στην οργή τους. Ακόμη ο Ιουδαϊσμός αναγνωρίζοντας την ύπαρξη επιπέδων και σταδίων θλίψης διοργανώνει τη χρονιά του πένθους. Τρεις ημέρες

βαδιάς θλίψης επτά ημέρες πένθους, τριάντα ημέρες σταδιακής αποκατάστασης και έντεκα μήνες μνήμης και λύτρωσης.

β. Αμερικάνικη άποψη θανάτου και πένθους.

Η Ross (1988) μετά από μια εντυπωσιακή έρευνα στο εργαστήριο της που διατηρούσε στη Χαβάη, τον Ιούνιο του 1970, δουλεύοντας με ανθρώπους διαφόρων πολιτισμών και θρησκειών για το θέμα για το θέμα της αντιμετώπισης του θανάτου αναφέρει σημαντικές διαφορές ανάμεσα στην αμερικανική κουλτούρα και σε άλλους μικρονησιακούς πολιτισμούς. Αναφέρει ότι οι ΗΠΑ είναι μια κοινωνία που με τη γνωστή της αδυναμία στα νιάτα και με το σταθερό της προσανατολισμό προς την πρόοδο αρνείται να απορρίπτει την ιδέα του θανάτου. Τα σύγχρονα αμερικανικά ήθη, όπως η περιποίηση του νεκρού, τα αρώματα, τα εξεζητημένα μαξιλάρια και τα ατλαζωτά φέρετρα, καθώς και τα περίτεχνα πράσινα παραπετάσματα που κρύβουν από τα μάτια των οικείων προσώπων του θανόντα, το άνοιγμα του τάφου, είναι όλα τρόποι που υιοθετεί η αμερικάνικη κουλτούρα, για να αποφευχθεί η αντιμετώπιση της πραγματικότητας του θανάτου.

Κατά τον Γάλλο Ιστορικό Αριες (1988) οι ΗΠΑ θεωρούνται ως η κοινωνία από την οποία ξεκίνησε η απαγόρευση και η αποστροφή απέναντι στο θάνατο. Όπως παρατηρεί ο ίδιος ο συγγραφέας, σε μια τέτοια κοινωνία, που απωδεί την ιδέα του θανάτου, που υπολογίζει στα νιάτα, που κρύβει σε ιδρύματα του, τους γέροντες και τους αρρώστους που

φαντάζεται το θάνατο τόσο τραγικό, φοβερό και ανεπιθύμητο, είναι φυσικό ο θάνατος να ερμηνεύεται σαν ύβρη και σαν βάρος στη ζωή.

Ο Φάρος (1981) παρατηρεί επίσης ότι στην αμερικάνικη κοινωνία ο θάνατος θεωρείται παραλογοισμός και ψυχολογικά απαράδεκτη πιθανότητα, ενώ η προπαρασκευή για το θάνατο εξισώνεται με αυτοκτονία. Κάθε ιδέα θανάτου είναι μια απειλή, ενώ η αμερικανική κοινωνία αντιμετωπίζει το θάνατο με μια νευρωτική φοβία.

Όσον αφορά το πένθος ο Φάρος (1978) αναφέρει ότι όλες οι συνήθειες, όπως, η νάρκωση του πενθούντος, η απομάκρυνση του από τον τάφο, η μη θέα του νεκρού, είναι μέρος μιας γενικότερης στάσης που θεωρείται αξιοδρήνητη και που ενισχύει το αίσθημα της μη πραγματικότητας.

γ. Η άποψη θανάτου στον Ινδουισμό και Βουδισμό.

Σύμφωνα με του Long (1979) υπάρχει μια γενική συμφωνία ανάμεσα στον Ινδουισμό και τον Βουδισμό. Και οι δυο υποστηρίζουν ότι δεν μπορεί καμιά ανθρωπίνη ζωή να έχει νόημα και πρακτική αποτελεσματικότητα, αν δεν επιτευχθεί πλήρης ή από μέρους αποδοχή του γεγονότος του θανάτου. Το σμήξιμο με το θάνατο όχι μόνο σαν τέρμα της ζωής, αλλά και σαν συστατικό απαραίτητο της ζωικής διαδικασίας είναι τόσο για τον Ινδουισμό όσο και για τον Βουδισμό ο επιβαλλόμενος τελικός σκοπός. (Ross 1980).

Το μήνυμα του Βούδα (buddhacaritu xxxi 88 κ.ε.) αναφέρει ότι κάθε το στατικό ή κινούμενο υπόκειται τελικά στη φθορά στο νόμο του

θανάτου. Γι' αυτό παροτρύνει τους πιστούς του να καταλάβουν την αληθινή φύση του ζώντος κόσμου και να μην ανησυχούν για τη ζωή και το θάνατο τους.

Η κυρίαρχη αντίληψη του θανάτου στον Ινδουισμό και Βουδισμό, όπως προκύπτει από τη βιβλιογραφία, βρίσκεται σε εμφανή αντίθεση με τη σύγχρονη αντίληψη.

Όπως παρατηρεί ο Long (1975) οι Ινδουιστές και οι Βουδιστές βλέπουν το θάνατο σαν οτιδήποτε άλλο και όχι σαν απουσία της ύπαρξης. Η μετενσάρκωση που συμβαίνει αμέσως μετά το θάνατο κατά τον Βουδισμό είναι μια ιδέα που βοηθά τους οπαδούς του να βλέπουν το θάνατο των ανθρώπων γύρω τους και τον προσωπικό τους θάνατο πιο στωϊκό (Ross, 1988).

δ. Η άποψη θανάτου και πένθους στους Ιάπωνες και στην Κινέζικη κοινωνία

Σύμφωνα με τις βιβλιογραφικές αναφορές διαπιστώνεται ότι τόσο οι Ιάπωνες όσο και οι Κινέζοι είναι δύο λαοί που αποστρέφονται λιγότερο το θάνατο.

Όπως αναφέρει η Ross (1988), οι Κινέζοι από τη μια απωθούν το θάνατο, ενώ από την άλλη είναι άνθρωπο του πεπρωμένου. Πιστεύουν ότι ο θάνατος είναι μια από τις πραγματικότητες της ζωής και αφού υπάρχει η αρχή, υπάρχει και το τέλος. Στις κηδείες είναι μεγάλο το πένθος το μοιρολόγι και ο θρήνος ενώ αν δεν υπάρχουν αρκετοί συγγενείς χρησιμοποιούν επαγγελματίες μοιρολογίστρες.

Όσον αφορά τους Ιάπωνες πιστεύουν ότι ο θάνατος δεν είναι κάτι τρομακτικό ή τραγικό. Όταν πεθάνει κάποιος πορεύεται στην καθαρή γη, ένα μέρος που συχνά περιγράφεται ωραιότατα διακοσμημένο με ασήμι, χρυσάφι και πολύτιμες πέτρες. Δίνεται προσοχή στους πενθούντες, τα άτομα που αντιμετωπίζουν την απώλεια ενός προσφιλούς τους προσώπου. Οι επιμνημόσυνες τελετές, σκοπό έχουν να βοηθήσουν τους πενθούντες να εκφράσουν τη θλίψη τους για τον νεκρό τους.

Ειδικές τελετές οργανώνονται στο σπίτι του νεκρού και συγκεκριμένα στο κρεβάτι του, όπου δίνεται η ευκαιρία στον Ιερέα να παρηγορήσει την οικογένεια που θρηνεί, (Ross,1988).

Όπως προκύπτει από την παραπάνω ανάλυση υπάρχει σοβαρή διαφορά στην ιδέα του θανάτου, του τρόπου αντιμετώπισης τον και την έκφραση της θλίψης μεταξύ της Δυτικής και Ανατολικής κουλτούρας. Αυτό πιστοποιείται απο πολλούς ερευνητές τόσο απο τη Ross (1988) τον Bryse Long (1975) τον Aries (1988) όσο και απο τον Φάρο (1981). Επομένως υποστηρίζεται ότι οι δυτικές κοινωνίες, και ιδιαίτερα η αμερικάνικη, αγνοούν το θάνατο αντιμετωπίζοντας τους ως το σημαντικότερο "ταμπού". Ο Φάρος Φ. (1981) αναφέρει ότι η διαπαιδαγώγηση σχετικά με τον θάνατο είναι περισσότερο "ταμπού" απ' ότι η διαπαιδαγώγηση σχετικά με το θέμα του "σεξ" ή για τα ναρκωτικά. Ένα άλλο στοιχείο όσο αφορά το πένθος είναι η απόκλιση της θλίψης. Η εξωτερίκευση της θλίψης αποκλείεται με αποτέλεσμα να αναζητά το άτομο παθολογικές διεξόδους όπως η κατάθλιψη.

Τη σοβαρή αυτή παθολογία που όγκως υποστηρίζει η Ross (1988) ξεπηδά από την πολιτιστική ανάπτυξη, την αντιλήφθηκαν πολλοί εκπρόσωποι ανθρωπιστικών επαγγελμάτων με αποτέλεσμα να δημιουργηθούν νέοι επιστημονικοί κλάδοι όπως η θανατολογία και μια πληθώρα βιβλιογραφίας που ερευνά το θέμα.

Οι ερευνητές αναφερόμενοι στον τρόπο που αντιμετωπίζουν το θάνατο οι ανατολικές κουλτούρες εντοπίζουν τη διαφορά που υπάρχει με τις δυτικές. Ένας απ' αυτούς ο Long(1979) αμερικανός συγγραφέας, συγκρίνοντας τον τρόπο αντιμετώπισης του θανάτου όπως τον παρατηρεί στις κοινωνίες της Ανατολής διαπιστώνει τη διαφορά με τη δική του κοινωνία. (Ross 1988).

«Ο δυτικός πολιτισμός γνωρίζει δύο μόνο τρόπους αντίδρασης στον ανθρωπινό πόνο: την άρνηση ή την απόγνωση, την ολύμπια ηρεμία της Pieta του Μιχαήλ Αγγελου ή την υστερία και τον τρόμο του Grunewald (Φάρος, 1981, σελ. 139).

Β. Ο ρόλος της θρησκείας στην διαμόρφωση ιδέας γύρω από το θάνατο και το πένθος

Όπως παρατηρεί ο Παπανούτσος (1984) σε όλες τις θρησκείες που γνώρισε ως τώρα ο κόσμος, ο θάνατος αποτελεί ένα από τα κύρια, αν όχι το κυριότερο θέμα: «Θα φανεί ίσως παράξενο, θρησκεία χωρίς θεούς υπήρξε, θρησκεία όμως που δεν σημασιολόγησε το θάνατο δεν υπήρξε ποτέ» (Παπανούτσος, 1984, σελ.179).

Ο ίδιος ο συγγραφέας υποστηρίζει ότι θα μπορούσε κανείς να κατατάξει τις μεγάλες θρησκείες της ανθρωπότητας σ' ένα διάγραμμα καθορίζοντας τη θέση τους ανάλογα με τον τρόπο που "σημασιολογούν" το γεγονός του θανάτου. Έτσι στο ένα άκρο κατατάσσονται οι θρησκείες εκείνες που τιμούν πάνω απ' όλα τα αγαθά της ζωής και απαξιώνουν την μεταθανάτια ύπαρξη και στο άλλο άκρο τοποθετούνται οι θρησκείες που καταφρονούν τη ζωή και θεωρούν το θάνατο λύτρωση. Αναμφίβολα, υποστηρίζει ο Παπανούτσος (1984), ανάμεσα στις δύο ακραίες καταστάσεις παίρνουν θέση κι άλλες μεγάλες θρησκείες, όπως πχ. ο Χριστιανισμός που ενώ δεν απαξιώνει εγκόσμιο ζωή, θεωρεί το θάνατο είσοδο προς την αιωνιότητα.

Είναι φανερό πως οι αντιλήψεις που επικρατούν σε διάφορες κοινωνίες για το θάνατο είναι καθορισμένες από το θρησκευτικό δόγμα το οποίο ακολουθείται. Ο θάνατος αποτελεί για κάθε θρησκευτική πεποίθηση αναπόσπαστο κομμάτι. Η ιδέα για το θάνατο και το πως θα πρέπει να αντιμετωπίζεται καθορίζεται κάθε φορά από το θρησκευτικό

δόγμα (Βασιλειάδης 1986).

Όπως παρατηρεί ο Φάρος (1981) σε διάφορες κοινωνίες η θρησκεία δεν διαφωτίζει ικανοποιητικά τους ανθρώπους για το θάνατο, βοηθώντας τους να τον αντιμετωπίσουν ελπιδοφόρα, με αποτέλεσμα να τους ωθεί να τον αποστρέφονται.

Αναφερόμενος στον Δυτικό πολιτισμό και στο Δυτικό Χριστιανισμό, οι οποίοι είναι δύο παράγοντες που διαμορφώνουν την ιδέα θανάτου, υποστηρίζει: «Ο Δυτικός πολιτισμός και ιδιαίτερα ο Δυτικός Χριστιανισμός δεν έχει διαφωτίσει ικανοποιητικά τον Δυτικό άνθρωπο για το θάνατο και δεν τον έχει βοηθήσει να αντιμετωπίσει δημιουργικά και ελπιδοφόρα το θάνατο το δικό του και το θάνατο εκείνων που αγαπά».

Ωστόσο υπάρχουν θρησκείες που βοηθούν τα άτομα που πενθούν αγαπημένα τους πρόσωπα που χάθηκαν να εκφράσουν τη θλίψη τους, έτσι ώστε να εξαλειφθούν κάποια δυσάρεστα συναισθήματα που νιώθουν (Φάρος 1981). Ο Χριστιανισμός όπως αναφέρει ο Βασιλειάδης (1986), βοηθά τον άνθρωπο να υπερνικήσει το φόβο του θανάτου, ενώ ταυτόχρονα απαλύνει τον πόνο του πενθούντος. Η χριστιανική πίστη δεν αποκλείει την έκφραση του πόνου, αντίθετα βοηθά τους πενθούντες να βιώσουν την απουσία του θανόντος και με την καθιέρωση διαφόρων τελετών και εθίμων (κηδείες, μνημόσυνα κτλ) διατηρείται η επικοινωνία πενθούντος - νεκρού.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ VI

ΑΓΧΟΣ ΚΑΙ ΦΟΒΟΙ ΘΑΝΑΤΟΥ

A. Γιατί οι άνθρωποι φοβούνται το θάνατο.

Στην ψυχολογία το άγχος και ο φόβος περιγράφονται συχνά σαν δύο διαφορετικές έννοιες. Άγχος θεωρείται το έντονα γενικευμένο και διάχυτο συναίσθημα που δεν προκαλείται από κάποια συγκεκριμένα αίτια, αλλά από μια γενικότερη απροσδιόριστη κατάσταση, ενώ φόβος θεωρείται το συναίσθημα εκείνο που είναι άμεσα συνδεδεμένο με κάποια συγκεκριμένη απειλή ή κίνδυνο.

Ο Παπαγεωργίου (1985,σελ.251) αναφέρει σχετικά για το φόβο του θανάτου: «Η παρουσία ή αναμονή κινδύνου, που προέρχεται από συγκεκριμένο γεγονός, δημιουργεί στο άτομο ταραχή και γενικά δυσάρεστη ψυχική διάθεση».

Ο Μάνος (1988, σελ. 222) ορίζει για το φόβο του θανάτου τα εξής: «Φόβος είναι η δυσάρεστη συναισθηματική κατάσταση, που δημιουργείται ως απάντηση σε εξωτερικό πραγματικό κίνδυνο ή απειλή που γίνεται αντιληπτή συνειδητά»

Στα πλαίσια της κλινικής θανατολογίας, ο «φόβος θανάτου» και το «άγχος θανάτου» χρησιμοποιούνται από μερικούς επιστήμονες σαν ταυτόσημες έννοιες, ενώ κάποιοι άλλοι τις ξεχωρίζουν υποστηρίζοντας, ότι είναι φυσιολογικό κάθε άτομο, που απειλείται η ζωή του ή η ζωή

ενός κοντινού του προσώπου, να φοβάται καθώς αντιμετωπίζει το ενδεχόμενο να πεθάνει, βασιζόμενο σε συγκεκριμένους φόβους που αφορούν το θάνατο. Σύμφωνα με το Leming (1985) ο θάνατος δεν είναι «φοβερός» ή «μη φοβερός». Δεν είναι θετικός, αλλά ούτε και αρνητικός. Κάθε άτομο του αποδίδει τη δική του ερμηνεία και σημασία. Δύο άνθρωποι μπορεί να πουν ότι φοβούνται το θάνατο, αλλά το περιεχόμενο και η ένταση των φόβων τους μπορεί να διαφέρουν. (Παπαδάτος, 1986).

Ο ίδιος συγγραφέας (Leming, 1985) περιγράφει δύο μορφές φόβων που αντιμετωπίζει οποιοδήποτε άτομο προβληματίζεται με το θάνατό του. Αυτούς τους διακρίνει σε δύο κατηγορίες. Στη μία περιλαμβάνονται οι φόβοι που είναι άμεσα συνδεδεμένοι με την περίοδο που οδηγεί στο θάνατο, ενώ στη δεύτερη περιλαμβάνονται οι φόβοι, που περιστρέφονται γύρω από το ίδιο το γεγονός του θανάτου και την κατάσταση του νεκρού.

α. Φόβοι σχετικά με την περίοδο που οδηγεί στο θάνατο

-Φόβος ταπείνωσης

Ο άρρωστος που πλησιάζει στο θάνατο μπορεί να φοβάται μήπως παραμορφωθεί ή μήπως υποστεί νέες αναπηρίες που δεν αποτελούν μονάχα απώλειες στο επίπεδο των σωματικών και φυσικών λειτουργιών, αλλά στο επίπεδο της αυτοεκτίμησης και του αυτοσεβασμού του.

-Φόβος εξάρτησης

Κάθε άτομο που αναπτύσσει το φόβο της εξάρτησης φοβάται μην περιορισθούν οι ικανότητές του, οι δραστηριότητές του, καθώς και η ανεξαρτησία του. Τον απασχολεί ιδιαίτερα ότι θα γίνει «βάρος» για τους άλλους ή ότι θα εξαρτάται αποκλειστικά από αυτούς.

-Φόβος πόνου

Το άτομο σκεπτόμενο έναν επώδυνο, αργό ή μακρύ θάνατο με πόνους ή άλλες δυσλειτουργίες εντείνει το φόβο του για τον θάνατό.

-Φόβος απομόνωσης, απόρριψης και μοναξιάς

Από του συνηδέστερους και εντονότερους φόβους που αναπτύσσουν άτομα που προβληματίζονται για την περίοδο που οδηγεί στο θάνατο είναι ο φόβος της εγκατάλειψης από το περιβάλλον τους

-Φόβος αποχωρισμού από αγαπημένα πρόσωπα

Ένα άλλο είδος φόβου είναι ο φόβος αποχωρισμού από την οικογένεια και τα αγαπημένα πρόσωπα. Το άτομο προβληματίζεται για το πως τα οικεία του πρόσωπα θα αντιμετωπίσουν το θάνατό του και ποια θα είναι η τύχη τους χωρίς αυτόν (Παπαδάτου, 1996).

β. Φόβος σχετικά με το γεγονός του θανάτου και την κατάσταση του νεκρού

-Φόβος οριστικότητας του θανάτου

Η σκέψη της οριστικότητας και του αμετάκλητου του θανάτου δημιουργεί έντονο φόβο για το θάνατο.

-Φόβος για την τύχη του σώματος μετά το θάνατο

Η αποσύνθεση του σώματος, η σκέψη της ταφής, το φέρετρο κάτω από το χώμα αποτελούν για μερικά άτομα έννοιες που δημιουργούν έντονο άγχος και φόβο για το θάνατο.

-Φόβος για τη μεταθάνατη ζωή ή άλλη κατάσταση

Για πολλούς ανθρώπους το «άγνωστο», είναι εκείνο που τους απασχολεί και τους τρομάζει περισσότερο από κάθε άλλο, ενώ μερικοί φοβούνται τη «Θεία Δίκη» που μπορεί να τους τιμωρήσει στη μετέπειτα ζωή τους. Άλλοι πάλι τρομάζουν με τη σκέψη ότι μπορεί να υπάρχουν πνεύματα ή μεταφυσικές δυνάμεις, ενώ μερικοί πανικοβάλλονται με την ιδέα ότι μετά το θάνατο δεν υπάρχει τίποτα. (Παπαδάτου, 1986). Σύμφωνα με τον Κολτσίδα (1978), η έμμονη ιδέα του φόβου γύρω από το θάνατο μπορεί να γίνει παθολογική, οπότε γίνεται συζήτηση πλέον για μια παθολογική κατάσταση που ονομάζεται θανατοφοβία. Επιπλέον, ο ίδιος συγγραφέας υποστηρίζει ότι αυτή η συμπεριφορά φανερώνει κυρίως άτομα με νοσηρές τάσεις, φαντασιώσεις και ανίσχυρη προσωπικότητα. Ο αδικαιολόγητος φόβος θανάτου, γεννιέται στα άτομα αυτά από άγνοια του φυσικού κύκλου ζωής, της αρχής και του τέλους

της γέννησης και του θανάτου, από ανολοκλήρωτη συναισθηματική ωρίμανση, από αδύναμο ρεαλισμό και από διαρκή προστριβή με την ηθική του συνείδηση. Επίσης αναφέρει ότι όσοι πάσχουν από θανατοφοβία δεν έχουν αντιληφθεί πως ο άνθρωπος δεν πρέπει να φοβάται, ούτε να εμπνέεται φρίκη από την ιδέα του θανάτου, γιατί δρα ενάντια στην φύση.

Κατά τον Leming (1985) οι φόβοι θανάτου δεν είναι ενστικτώδεις, αλλά είναι αποτέλεσμα κάποιας μάθησης που αποκτείνεται μέσα στον κοινωνικό πολιτιστικό χώρο, στον οποίο δημιουργούνται, καλλιεργούνται και διαιώνίζονται ερμηνείες και μηνύματα που συνδέουν το θάνατο με το φόβο (Αναγνωστόπουλος, Παπαδάτου, 1986).

-Οι επιπτώσεις της απώλειας στους πενθούντες

Ο θάνατος, ως γεγονός οριστικό και αμετάκλητο, περιλαμβάνει όλα τα στοιχεία του αποχωρισμού από την πλευρά των ατόμων, που πενθούν το αγαπημένο τους πρόσωπο, που έφυγε. Προκαλεί πολλές και δύσκολες καταστάσεις, οι οποίες επηρεάζουν τόσο την ψυχολογία όσο και τον τρόπο ζωής των πενθούντων. Είναι ένα γεγονός όπου τα άτομα, που το αντιμετωπίζουν πενθώντας, έρχονται αντιμέτωπα με μια δύσκολη κατάσταση, η οποία προκαλεί έντονη θλίψη και πόνο.

Ο θάνατος, είτε έρχεται ως ένα ξαφνικό και απρόβλεπτο γεγονός, είτε σαν πιθανή έκβαση μιας σοβαρής ασθένειας, δημιουργεί αρνητικά συναισθήματα γι' αυτούς που χάνουν ένα αγαπημένο πρόσωπο και πενθούν για την απώλεια (Παπαδοπούλου 1991).

Η απώλεια ενός οικείου προσώπου, είναι υπεύδυνη για την αλλαγή της πραγματικότητας, που ζούσε ο πενθών, κατά τους Lindermann (1984), Παπαδάτου (1981), Φάρο (1981), Smith (1982), Παπαδοπούλου (1991) η απώλεια δημιουργεί:

1. Κρίσιμη Κατάσταση
2. Διαμόρφωση νέων ρόλων και
3. Αλλαγή του τρόπου ζωής του πενθούντα

1. Κρίσιμη κατάσταση

Ο Πιντέρης (1982) αναφερόμενος στην απώλεια υποστηρίζει, ότι πολλές πρόσφατες έρευνες, δείχνουν πως η απώλεια είναι μια από τις πιο τραυματικές εμπειρίες που αντιμετωπίζει ο άνθρωπος στη ζωή του. Είναι πιο οδυνηρή, γιατί το γεγονός του θανάτου είναι οριστικό, η κατάσταση είναι πάγια, αφού το άτομο που χάθηκε είναι αδύνατο να γυρίσει ζανά.

Σε μια έρευνα που πραγματοποίησε ο Αυστραλός Bathrop (1977) βρέθηκε, ότι οι χήρες την εποχή, που θρηνούσαν το χαμό του άντρα τους βρίσκονταν σε μεγαλύτερη υπερένταση από άτομα που γνώριζαν ότι πάσχουν από καρκίνο (Φάρος, 1981).

Όπως παρατηρεί η Smith (1982) η απώλεια προκαλεί έντονη θλίψη προσωπική και συναισθηματική αποδιοργάνωση και η πιθανότητα μιας παρατεταμένης εξασθένησης είναι μεγάλη.

Η Παπαδάτου (1986) αναφέρει, ότι τα άτομα που αντιμετωπίζουν το θάνατο οικείου προσώπου την περίοδο του πένθους βρίσκονται σε μια

κατάσταση κρίσης πολύ δύσκολη και επικίνδυνη για την σωματική και ψυχική τους υγεία.

Ο Carlan (1984) υποστηρίζει ότι σε μια περίοδο κρίσης το άτομο έρχεται αντιμέτωπο με το πρόβλημα και η κρίση που αντιμετωπίζει προκαλεί βαθιά αναστάτωση στην ομοιόστασή του (Φάρος, 1981).

Ακόμη ο Lindermann (1984), ο οποίος θεωρήθηκε πατέρας της παρέμβασης σε περιόδους κρίσης, αναφέρει ότι τα άτομα που έρχονται αντιμέτωπα με το θάνατο ενός προσφιούς προσώπου και ο οποίος προκαλεί οξεία θλίψη αναπτύσσουν τις ακόλουθες χαρακτηριστικές αντιδράσεις:

- α) Σωματικές ενοχλήσεις
- β) Διαρκή ενασχόληση με το πρόσωπο που χάθηκε
- γ) Εχθρότητα
- δ) Ενοχή
- ε) Έλλειψη ικανότητας να χρησιμοποιούν καθιερωμένους τρόπους συμπεριφοράς

Ο Φάρος (1981) για το ίδιο θέμα παρατηρεί ότι ο θάνατος ενός προσφιούς προσώπου κάνει τους πενθούντες πιο ευάλωτους, αφού οι ψυχικές, κοινωνικές αλλά και οικονομικές πηγές σχεδόν αποδυναμώνονται, ενώ η ικανότητα να στηρίζουν τους εαυτούς τους είναι πολύ περιορισμένη. Ακόμη ο θάνατος ενός οικείου προσώπου προκαλεί αναζωπύρωση προηγούμενων εμπειριών αποχωρισμού, που με τον παρόντα θάνατο βιώνονται σαν τωρινές απειλές.

Ο Μάνος (1988) υποστηρίζει, ότι μερικοί άνθρωποι πέφτουν σε βαθιά θλίψη που παίρνει τη μορφή κατάθλιψης, όταν έρχονται αντιμέτωποι με τραυματικά γεγονότα, γεγονότα που 'το κόστος γι' αυτούς τους ανθρώπους είναι μεγάλο. Έτσι παρατηρείται πολλές φορές οι πενθούντες, να διαμαρτύρονται για διαταραχές στο συναίσθημα με συμπτώματα ανηδονίας και άγχους, διαταραχές στο νευρικό σύστημα με δυσκολίες στον ύπνο, στην όρεξη, απώλεια ενδιαφέροντος για συνηθισμένες δραστηριότητες, δυσκολίες στη συγκέντρωση της σκέυης, ακόμη και σωματικά ενοχλήματα, όπως ναυτία, εμετό, δυσκολία στην αναπνοή, πόνο στο στήθος και άλλα. Επίσης ο Μάνος (1988) αναφέρει ότι η κατάθλιψη είναι μια φυσιολογική αντίδραση στο θάνατο ενός αγαπημένου προσώπου, οπότε μπορεί να αναπτυχθεί κατά την περίοδο του πένθους πλήρες καταθλιπτικό σύνδρομο που να χαρακτηρίζεται και από σωματικά συμπτώματα, όπως αϋπνίας απώλεια βάρους και ανορεξία. Εάν όμως, συμπληρώνει ο συγγραφέας, επικρατεί νοσηρή ενάσχοληση με το νεκρό σε συνδυασμό με συναισθήματα αναξιοτιτας, ιδέες αυτοκτονίας, εξεζητημένη λειτουργική έκπτωση ή ψυχοκινητική επιβράδυνση ή μακρά διάρκεια, τότε πρόκειται για εμπλοκή του πένθους με μείζον κατάθλιψη.

Όπως παρατηρεί η Ross (1979) ο πένθων από τη στιγμή που πληροφορείται το θάνατο ενός δικού του προσώπου περνά μια δύσκολη περίοδο και έχει να αντιμετωπίσει όλες τις φάσεις και τα στάδια της θλίψης του.

B. Διαμόρφωση ρόλων

Κατά την Smith (1982) η απώλεια που δημιουργείται με το θάνατο επιβάλλει μια διακοπή της δεδομένης κατάστασης, η οποία επικρατούσε πριν το θάνατο.

Η Παπαδάτου (1986) υποστηρίζει ότι, όταν κάποιος πεθαίνει, το πένθος είναι διπλό. Μαζί με το άτομο που πεθαίνει διασπάται και η δομή της οικογένειας. Η συγγραφέας παρατηρεί ότι με την απώλεια δημιουργείται μια νέα κατάσταση, μια νέα οικογένεια, η οποία διαφέρει από την αρχική όσον αφορά την κατανομή ρόλων και ευθυνών. Έτσι πιθανόν ο πενθών μπορεί να αναλάβει το ρόλο του θανόντος, πράγμα ίσως αναγκαίο για την ισορροπία του οικογενειακού συστήματος, ενώ παράλληλα να διατηρεί και το δικό του ρόλο.

Με το θάνατο λοιπόν ενός μέλους δημιουργούνται σοβαρές ανακατατάξεις και ανακατανομές ρόλων μέσα στην οικογένεια, που συχνά μπορεί να οδηγήσουν στην ανισορροπία και δυσλειτουργία της (Λαγού, Παπαδοπούλου 1991).

Ακόμη, όπως αναφέρει η Smith (1982), με το θάνατο ενός προσώπου από την οικογένεια επιβάλλεται ανανέωση της οργάνωσης των καθηκόντων. Θεωρεί ότι αυτό είναι μια τάση για διατήρηση της πραγματικότητας, του νοήματος και της ταυτότητας, η οποία μπορεί να επιβάλλει εντάσεις στον πενθούντα, όπως για παράδειγμα οι πενθούντες γονείς να πιέσουν τα παιδιά να αναλάβουν τις στοργικές λειτουργίες του νεκρού τους αδελφού.

Μπορεί λοιπόν να αναφερθεί ότι η απώλεια ωθεί τους πενθούντες να αλλάξουν ή να διαμορφώσουν τους ρόλους τους, έτσι ώστε να αναπληρωθεί το κενό που πιθανόν να έχει δημιουργηθεί. Οι ανακατατάξεις ρόλων σε αυτές τις περιπτώσεις είναι εμφανείς, αφού πολλά μέλη αφήνουν το ρόλο τους ή προσθέτουν στο δικό τους το ρόλο του θανόντος, αν θεωρείται σημαντικός για τη σωστή πορεία της οικογένειας.

Γ. Αλλαγή τρόπου ζωής

Μια άλλη αλλαγή που μπορεί να επιφέρει η απώλεια ενός αγαπημένου προσώπου στους οικείους του είναι η αλλαγή στον τρόπο ζωής τους.

Ο Φάρος (1981) αναφερόμενος στο θέμα αυτό υποστηρίζει, ότι η θλίψη και το πένθος που προκαλεί ο θάνατος αλλάζουν το δίκτυο των κοινωνικών και των φιλικών σχέσεων του πενθούντα. Δημιουργούνται νέοι κοινωνικοί κύκλοι, φιλικό δεσμοί, ενώ διακόπτονται ίσως κάποιοι προηγούμενοι. Ο τρόπος ζωής των πενθούντων παίρνει μια διαφορετική τροπή και μαθαίνουν να ζουν με την απώλεια.

Η Smith (1982) υποστηρίζει, ότι η απώλεια ενός αγαπημένου προσώπου έχει τις εξής επιπτώσεις πάνω στον πενθούντα.

α) Ελάττωση του νοήματος της ζωής του πενθούντος.

Με την απώλεια του αγαπημένου προσώπου η πραγματικότητα και η ζωή του πενθούντος παύει να έχει νόημα χωρίς το αγαπημένο πρόσωπο.

β) Διακοπή της δεδομένης πραγματικότητας.

Η ζωή του πενθούντος καλείται να αλλάξει, εφόσον η δεδομένη πραγματικότητα με το θάνατο του νεκρού πλέον δεν υπάρχει.

γ) Απειλή στην ταυτότητα του πενθούντος

Με το θάνατο ενός κοντινού προσώπου ο πενθών αισθάνεται απειλή της ταυτότητάς του, αφού χάθηκε ένα κομμάτι του εαυτού του.

Τελειώνοντας μπορεί να αναφερθεί, ότι ο θάνατος και η περίοδος του πένθους, φέρνουν αντιμέτωπο τον πενθούντα με πολλές και δύσκολες καταστάσεις, τις οποίες, θα πρέπει να αντιμετωπίσει με επιτυχία, για να επιβιώσει.

Ιδιαίτερα σήμερα, όπου το πένθος κινδυνεύει να μετατραπεί σε μια εσωτερική κατάσταση με πολλά παθολογικά συμπτώματα, αφού αποδαρρύνεται η σχεδόν αποκλείεται η εξωτερική του, όπου τα μέσα που βοηθούν στην εκτόνωση των συναισθημάτων του πενθούντος τείνουν να εκλείβουν, ο πενθών, καλείται να ξεπεράσει την τραγική αυτή κατάσταση, πολύ πιο δύσκολα από ότι σε προηγούμενες εποχές, πράγμα που σημαίνει ότι κινδυνεύει να αντιμετωπίσει μια παθολογική ίσως κατάσταση που μπορεί να του δημιουργηθεί.

Η ΠΕΝΘΙΜΗ ΠΕΡΙΟΔΟΣ

Όπως έχει αναφερθεί, πένθος είναι μια διεργασία, η οποία αποβλέπει στην κάλυψη του χάσματος που δημιουργεί η απώλεια (Φάρος, 1981).

Με τη λέξη πένθος δεν εννοείται μόνο η θλίψη και ο πόνος που νοιώθει ο πενθών, αλλά και τα μέσα που απαιτούνται για την εξωτερίκευση των συναισθημάτων αυτών. Ο Πολίτης (1962) αναφερόμενος στα μέσα αυτά, τα οποία τα ονομάζει έδιμα, τονίζει ότι χωρίζονται σε τρεις κατηγορίες: α) Κακομεταχειρίσεις του ίδιου του σώματος του πενθούντος, β) Αποχή από ορισμένες πράξεις, όπως κοινωνικές εκδηλώσεις και γ) μεταβολή της μορφής ή της ενδυμασίας του πενθούντα. Έτσι τα έδιμα αυτά σε συνδυασμό με την εσωτερική κατάσταση του πενθούντα συνιστούν μια περίοδο, που συναισθηματικά και εξωτερικά δείχνουν ότι το άτομο πενθεί, δηλαδή το αγαπημένο πρόσωπο που έχασε.

Το παραπάνω νόημα του πένθους που λαμβάνει χώρα στην ελληνική κοινωνία έρχεται σε αντιδιαστολή με τον ορισμό που δίνεται στις δυτικές κοινωνίες και ιδιαίτερα των ΗΠΑ. Στη δύση ο όρος πένθος, όπως παρατηρεί ο Φάρος (1981), σημαίνει κυρίως μια εσωτερική διεργασία. Όταν οι δυτικοί ειδικοί αναφέρονται στο πένθος μιλούν για μια εσωτερική διεργασία που την ονομάζουν και παθολογική.

Κατά το Φάρο (1981), αυτή η διαφορά που υπάρχει στον ορισμό του πένθους έγκειται στην πολιτισμική διαφορά. Στη δύση έχει πολιτισμικά αποδαρρυνθεί η εξωτερίκευση του πένθους, ενώ στον ελλαδικό χώρο, αν

Μια ολιστική προσέγγιση του θανάτου. Αντιμετώπιση από τον / την έφηβο / η.

και κινείται προς αυτή την κατεύθυνση, μέσα που χρησιμεύουν στο να ενισχύουν την εξωτερίκευση εξακολουθούν να υπάρχουν.

Έτσι λοιπόν πενθών εννοείται το άτομο εκείνο το οποίο θρηνεί για την απώλεια ενός προσφιλούς προσώπου του και εκδηλώνει τη θλίψη του με το πένθος.

A. Γιατί οι άνθρωποι πενθούν

Η απώλεια ενός προσώπου είναι δυνατόν να προκαλέσει μεγάλη θλίψη και έντονο πόνο. Ο χωρισμός στην περίπτωση του θανάτου είναι πολύ πιο οδυνηρός από κάθε άλλη μορφή αποχωρισμού, αφού το γεγονός είναι οριστικό και αμετάκλητο.

Η έκφραση του πόνου των επιζώντων, σύμφωνα με τον ιστορικό Aries (1988), οφείλεται στην έλλειψη ανεκτικότητας απέναντι στον χωρισμό. Οι πενθούντες αισθανόμενοι αδύναμοι να ξεπεράσουν τα συναισθήματά τους και την απώλεια που δημιούργησε ο θάνατος ζεσπούν σε έντονη θλίψη και θρήνο.

Ο Παπανούτσος (1984, σελ. 180) δίνει μια άλλη εξήγηση για το θέμα: «Όταν θρηνούμε ένα αγαπημένο μας πρόσωπο που έφυγε από τον κόσμο, ο θρήνος μας δεν είναι μονοσήμαντος. Κατά ένα μεγάλο μέρος δεν κλαίμε γι' αυτό που χάθηκε αλλά για τον ίδιο μας τον εαυτό που προορίζεται να τον ακολουθήσει αργά ή γρήγορα».

Ο Rogers (1963) για το ίδιο θέμα υπογραμμίζει ότι το εγώ αναπτύσσεται δια της επαφής και της αλληλοεπιδράσεως του οργανισμού με τα αντικείμενα και τα πρόσωπα του περιβάλλοντος, που γίνονται μια επέκταση της προσωπικότητας. Κάθε φορά λοιπόν που το άτομο χάνει ένα από τα πιο σημαντικά του πρόσωπα αισθάνεται αυτή την απώλεια σαν απειλή κατά του εγώ του, στο οποίο έχει ενσωματωθεί. Έτσι η θλίψη δημιουργείται όχι για την απώλεια του αγαπημένου προσώπου αλλά για την αποκοπή ενός μέρους της ύπαρξης του

θλιμμένου (Φάρος, 1981). Το ίδιο νόημα αποδίδει και ο Φάρος (1981), ο οποίος αναφέρει ότι το άτομο, εφόσον είναι μια οντότητα και το εγώ του στηρίζεται στη σχέση με άλλους ανθρώπους, αντιλαμβάνεται κάθε διακοπή ως απειλή ενάντια στο εγώ του. Έτσι ο θρήνος έρχεται για να πενθήσει τη διακοπή αυτής της σχέσης ανάμεσα στο άτομο που χάθηκε και στο άτομο που το εγώ του ήταν συνδεδεμένο με αυτόν.

Συνοψίζοντας τα όσα αναφέρθηκαν μπορεί να αναφερθεί ότι οι άνθρωποι βασικά πενθούν γιατί η ανεκτικότητα τους απέναντι στο χωρισμό είναι ελλιπής. Δεν έχουν τη ψυχική δύναμη να αποκοπούν εύκολα από τα άτομα που σχετίζονται και έτσι τα άτομα που μένουν στη ζωή θρηνούν για τη διακοπή της σχέσης τους με τον θανόντα.

B. Χρονολογική οριοθέτηση της πένθιμης περιόδου

Η πένθιμη περίοδος αρχίζει με την αναγγελία του θανάτου του προσώπου που χάθηκε. Τα οικεία πρόσωπα του θανόντος πικραμένα, θυμωμένα ή απλώς ναρκωμένα όταν πρόκειται για ξαφνικό θάνατο, περπατούν στους διαδρόμους του νοσοκομείου με τη θλίψη ζωγραφισμένη στο πρόσωπό τους, ανίκανα πολλές φορές να αντιμετωπίσουν την πραγματικότητα. Αυτή είναι η αρχή της πένθιμης περιόδου, όπως ονομάζεται. Στη συνέχεια οι πενθούντες καλούνται να περάσουν μέσα από μια διαδικασία, που θα λαμβάνουν χώρα διάφορα συναισθήματα και αντιδράσεις. Στην πορεία αυτή θα περάσουν από στάδια και φάσεις και θα προκαλούνται ανάλογα συναισθήματα (Ross, 1997a).

Όσον αφορά την ολοκλήρωση του πένθους δεν είναι εύκολο να προσδιοριστεί χρονικά. Σύμφωνα με τη Λεσάν (1982) μια ένδειξη ότι η πένθιμη περίοδος τελειώνει είναι όταν το άτομο που πενθεί πει ένα πραγματικό αντίο στο άτομο που χάθηκε. Όταν αρχίσει να ζει τη ζωή, να κάνει σχέδια για το μέλλον, όταν αποδεχθεί την απώλεια, τότε το άτομο που πενθεί εκφωνεί το αντίο στον άνθρωπο που πέθανε.

Η Smith (1982) αναφέρει ότι το τέλος του πένθους επέρχεται όταν ο πενθών αναπτύξει την ικανότητα να δημιουργήσει νέες σχέσεις και να ασχοληθεί με την κοινωνική σύνδεση της πραγματικότητας αναγνωρίζοντας την απουσία του χαμένου προσώπου.

Κατά τη Ross (19796) όταν πρόκειται για ξαφνικό, απρόσμενο θάνατο ο απαιτούμενος χρόνος, για να ξεπερασθεί το πένθος, γίνεται μεγαλύτερος, γιατί ο θάνατος βρίσκει τους πενθούντες εντελώς απροετοίμαστους.

Σύμφωνα με το Φάρο (1981) ο θλιμμένος ποτέ δεν ελευθερώνεται ολοκληρωτικά από τη θύμψη του νεκρού και γι' αυτό το πένθος δεν μπορεί ποτέ να τελειώσει ολοκληρωτικά. Όπως υποστηρίζει ο συγγραφέας μπορεί να μειωθεί ή να απαλυθεί με την πάροδο του χρόνου, χωρίς αυτό να μπορεί να προσδιορισθεί χρονικά.

Η διάρκεια της πένθιμης περιόδου εξαρτάται τόσο από τη σχέση του πενθούντος με το θανόντα, από το είδος του θανάτου, την ψυχосύνδεση του πενθούντος όσο και από την επιτυχία με την οποία το άτομο χειραφετείται από το δεσμό με το θανόντα. Οι παραπάνω παράγοντες οι οποίοι επηρεάζουν τη διάρκεια της πένθιμης περιόδου θα εξετασθούν αναλυτικά στο κεφάλαιο που αναφέρεται στην ομαλή εξέλιξη και ολοκλήρωση της πένθιμης περιόδου.

Γ. Η πένθιμη περίοδος στα δύο είδη θανάτου

Όπως έχει αναφερθεί από τον Πολίτη (1962), θάνατος είναι η τελειωτική παύση όλων των λειτουργιών και εκδηλώσεων της ζωής. Ένας θάνατος μπορεί να επέλθει φυσιολογικά, ως αποτέλεσμα της εκφύλισης και ατροφίας των διαφόρων ιστών και της εξασθένησης όλων των λειτουργιών και τυχαία και πρόωρα, όταν διακόπτεται το νήμα της ζωής πριν τη φυσική του κατάληξη. Έτσι διακρίνονται δύο είδη θανάτου:

α) Ο αναμενόμενος και β) Ο απροσδόκητος θάνατος.

α) Αναμενόμενος θάνατος

Αναμενόμενος θεωρείται ο θάνατος εκείνος που επέρχεται βαθμιαία και αναμένεται από τον πενθούντα. Τα άτομα που περιμένουν το θάνατο ενός οικείου προσώπου, όπως αναφέρει η Παπαδάτου (1986), προετοιμάζονται ψυχολογικά, για να δεχθούν το αναπόφευκτο του θανάτου που πλησιάζει. Τη χρονική αυτή περίοδο της αναμονής κατά την Παπαδάτου (1986) λαμβάνει χώρα μια ψυχολογική διεργασία που ονομάζεται προπαρασκευαστικός θρήνος.

Τα κυριότερα χαρακτηριστικά αυτής της διεργασίας είναι τα εξής τέσσερα:

-Κατάθλιψη

-Προβληματισμός και συνεχής απασχόληση με τον άρρωστο που πεθαίνει

-Σκέψεις και άγχος που αφορούν γενικότερα το θάνατο

-Προβληματισμός σχετικά με τη μελλοντική πορεία της οικογένειας και προγραμματισμός για τη προσαρμογή στις αναμενόμενες συνθήκες που θα προκύψουν αφότου το άτομο πεθάνει.

Η προπαρασκευαστική αυτή διεργασία του θρήνου επιτρέπει στα μέλη της οικογένειας να αφομοιώσουν και να αποδεχθούν την πραγματικότητα, ενώ παράλληλα τους δίνεται η ευκαιρία να αποκαταστήσουν μια ουσιαστική σχέση με το άτομο πριν πεθάνει ολοκληρώνοντας τις συναισθηματικές εκκρεμότητες που μπορεί να τις χώριζαν στο παρελθόν.

Σύμφωνα με την Παπαδάτου (1986) ερευνητικά συμπεράσματα τονίζουν ότι η διεργασία του προπαρασκευαστικού θρήνου μειώνει την ένταση των συναισθηματικών αντιδράσεων, όταν έρχεται η στιγμή που ο άρρωστος πεθαίνει. Ενώ πολλοί ερευνητές πιστεύουν ότι αυτή η ψυχολογική διεργασία συμβάλλει στη μετέπειτα προσαρμογή του ατόμου.

Ο Φάρος (1981) υποστηρίζει ότι όταν ο θάνατος έρχεται βαθμιαία, τότε η διαπίστωση του θανάτου γίνεται και αυτή βαθμιαία και έτσι η αποδοχή είναι ευκολότερη και λιγότερο οδυνηρή. Ο αναμενόμενος θάνατος, με το προπαρασκευαστικό πένθος εγκυμονεί πολύ λίγους κινδύνους με τη ψυχολογική και κοινωνική προσαρμογή του θλιμμένου.

Κατά τη Rando (1988), όταν ένας θάνατος αναμένεται ότι θα συμβεί, αν και μπορεί να θέσει στα άτομα υψηλές συναισθηματικές απαιτήσεις, ωστόσο οι πενθούντες θα το αντιμετωπίσουν ευκολότερα, αφού θα είναι κάπως προετοιμασμένα για το γεγονός σε σχέση με άτομα που

πληροφορήθηκαν απροσδόκητα το χαμό ενός δικού τους προσώπου. Ωστόσο η δυσκολία στην αποδοχή του θανάτου μετριάζεται αποφασιστικά όταν προηγηθεί του θανάτου και του αποχωρισμού μια σχετική προπαρασκευή. Τα άτομα που προορίζονται να περάσουν την περίοδο του πένθους έχουν την ευκαιρία να πλησιάσουν το μέλλοντα νεκρό, να του μιλήσουν, να του δώσουν κουράγιο, ενώ ταυτόχρονα να επιτύχουν μια εξοικείωση και μια προετοιμασία για το αναπόφευκτο του γεγονότος που πλησιάζει.

β. Απροσδόκητος θάνατος

Απροσδόκητος θάνατος, είναι ο θάνατος, ο οποίος επέρχεται βίαια και αιφνίδια σε χρονική στιγμή, που δεν είναι αναμενόμενο το γεγονός από το θανόντα και τους οικείους του.

Όπως τονίζει ο Φάρος (1981), όταν ο θάνατος είναι απροσδόκητος, ο πένθων διώκεται απότομα από το γνωστό του κόσμο σε ένα κόσμο χωρίς σκοπό και νόημα.

Η Παπαδάτου (1986), υπογραμμίζει ότι η έλλειψη μιας διεργασίας προπαρασκευαστικού θρήνου μπορεί να δημιουργήσει σοβαρές δυσκολίες προσαρμογής στα θρηνούντα άτομα.

Σύμφωνα με το Φάρο (1981) υπάρχουν αρκετές ενδείξεις που δεμελιώνουν την πεποίθηση ότι το απροσδόκητο πένθος δημιουργεί σοβαρούς κινδύνους, στην ψυχολογική και κοινωνική τους προσαρμογή.

Ο Shaud (1914) παρατηρεί ότι το ξαφνικό και απροσδόκητο πένθος μπορεί να γίνει αιτία παθολογικής θλίψης. Αυτή την άποψη την

πιστοποιεί και ο Volkan (1970), ο οποίος διαπίστωσε, μετά από μελέτη, ότι οι 23 ψυχικά ασθενείς που παρουσίαζαν παθολογική θλίψη είχαν υποστεί στο παρελθόν ξαφνικό πένθος (Φάρος 1981).

Όπως τονίζει η Ross (1979b), η μεταθανάτια θλίψη είναι συνήδως μακρύτερη, όταν δεν έχει προηγηθεί προληπτική θλίψη, όπως στην περίπτωση ενός απροσδόκητου θανάτου. Έτσι το πένθος μπορεί να διαρκέσει και χρόνια, όταν δεν προηγηθεί καμία προπαρασκευή.

Η Rando (1988) αναφέρει ότι είναι πιο δύσκολο να αντιμετωπίσει κανείς το θάνατο κάποιου που έχει δολοφονηθεί, από το θάνατο κάποιου, του οποίου ο θάνατος επήλθε από ασθένεια και ο άνθρωπος πέθανε ήσυχχα στο σπίτι τους με την οικογένειά του και τους φίλους του. Όταν ο χαμός επέλθει απροσδόκητα, τότε οι θλιμμένοι ξαφνιάζονται και η ικανότητά τους να αντιμετωπίσουν τον πόνο μειώνεται, με αποτέλεσμα να παρατηρούνται αρκετές δυσλειτουργίες κατά την περίοδο του πένθους.

Συμπερασματικά, λοιπόν, μπορεί να ειπωθεί ότι ο απροσδόκητος θάνατος, ο οποίος φέρνει αντιμέτωπο τον πενθούντα με το γεγονός, χωρίς καμιά προπαρασκευή, εντείνει τον πόνο και τη θλίψη, δυσκολεύει την προσαρμογή του πενθούντος, ενώ μπορεί να γίνει βασική αιτία παθολογικής θλίψης, αν αυξήσει τη διάρκεια του πένθους και τέλος η αντιμετώπιση του πένθους να είναι πιο δύσκολη.

Δ. Στάδια - φάσεις της πένθιμης περιόδου

Είναι γνωστό ότι από την αρχή του πένθους και σε όλη τη διάρκεια της πένθιμης περιόδου ο πενθών περνά μια διαδικασία, η οποία περιλαμβάνει αρκετά στάδια - φάσεις.

Η Ross (1979α) περιγράφει τα στάδια και τις αντιδράσεις των ατόμων, τα οποία έρχονται αντιμέτωπα με το θάνατο ενός αγαπημένου. Το πρώτο στάδιο του πένθους, όπως αναφέρει η συγγραφέας, είναι η κατάπληξη. Εξαιτίας αυτού του συναισθήματος κάποιος που πενθεί δεν πνίγεται από την απώλεια του αγαπημένου του προσώπου αμέσως μετά το θάνατο, αφού δεν έχει πεισθεί για το χαμό. Στη συνέχεια ο πενθών καταλαμβάνεται από νάρκη και καμμό. Ακολουθούν σωματικά συμπτώματα και μεγάλη συναισθηματική ένταση. Τα άτομα που πενθούν αισθάνονται μια μόνιμη κόπωση και ανησυχία στον ύπνο τους. Νιώθουν πανικοβλημένα ενώ κατά διαστήματα ξεπηδούν συναισθήματα ενοχής και οργής προς το νεκρό.

Ο Fulcoher (1949) διακρίνει τέσσερα στάδια, από τα οποία περνάει ο πενθών:

α) Το άμεσο στάδιο που κρατάει μερικές ώρες μετά την αναγγελία του θανάτου που περιλαμβάνει αντιδράσεις, όπως στωική συμπεριφορά, ζάλη, κατάρρευση και δάκρυα.

β) Το στάδιο που περιλαμβάνει τη συγκατάβαση, την έξαρση, τη διαμαρτυρία, την απομόνωση και τη συντριβή

γ) Το μεταβατικό στάδιο το οποίο αρχίζει μετά την κηδεία και διαρκεί μέχρι την επάνοδο του θλιμμένου στην κανονική ζωή.

δ) Το τελικό στάδιο της ανακατάταξης της συμπεριφοράς (Φάρος, 1981).

Σύμφωνα με τον Spiegel (1971), όπως αναφέρει ο Φάρος (1981) ο πένθων περνά συνολικά κατά τη διάρκεια του πένθους του τα ακόλουθα τέσσερα στάδια:

α) Το στάδιο του συγκλονισμού ή πανικού που κρατάει μερικές ώρες μετά την αναγγελία του θανάτου.

β) Το στάδιο της συγκράτησης το οποίο τελειώνει μετά την κηδεία

γ) Το στάδιο της ψυχολογικής οπισθοδρόμησης που μπορεί να διαρκέσει έως δέκα εβδομάδες και

δ) Το στάδιο της προσαρμογής που τελειώνει την περίοδο μεταξύ έξι μηνών και ενός χρόνου μετά το θάνατο.

α) Το στάδιο του συγκλονισμού ή πανικού

Το στάδιο αυτό αρχίζει με την αναγγελία του θανάτου. Οι άμεσες αντιδράσεις κυμαίνονται μεταξύ ασυγκράτητων δρήνων και συγκρατημένης σιωπηρής αποδοχής. Η πρώτη αντίδραση είναι η δυοπιστία, ενώ στη συνέχεια ακολουθούν ερωτήματα σχετικά με το γεγονός.

Στο στάδιο αυτό σύμφωνα με τον Φάρο (1981) παρατηρείται συχνά ψυχολογική κατάρρευση και ο θλιμμένος δεν έχει ξεκάθαρες ιδέες και

σκέψεις. Κινείται μηχανικά και τυποποιημένα. Πολλοί θλιμμένοι περιγράφουν τον εαυτό τους σε αυτή την κατάσταση σαν «αυτόματες μηχανές» και «ρομπότ». Φοβούνται ότι έχουν χάσει το μυαλό τους, αφού δεν έχουν την ευχέρεια να σκεφθούν λογικά και καθαρά.

β) Το στάδιο της συγκρατήσεως

Στο στάδιο αυτό απαιτούνται δύο μορφές συναισθηματικής χαλιναγωγής: το κράτημα που ο θλιμμένος επιβάλλει στον εαυτό του και η συγκράτηση που απαιτούν από αυτόν το κοινωνικό και το οικογενειακό περιβάλλον. Έτσι κατά την περίοδο αυτή συχνά χρησιμοποιούνταν πρεμιστικά, για να κατευνάσουν την ένταση του θλιμμένου, πράγμα που ο Φάρος (1981) επικρίνει λέγοντας ότι αυτού του είδους τα φάρμακα δεν δίνουν την ευκαιρία στο άτομο που πενθεί για την απώλειά του να εκτονωθεί ελεύθερα.

γ) Το στάδιο της οδύνης και της ψυχολογικής οπισθοδρόμησης

Το στάδιο αυτό λαμβάνει χώρα μετά την επικήδεια τελετή, καθώς συγγενείς και φίλοι επιστρέφουν στα σπίτια τους, ενώ ο θλιμμένος μένει να αντιμετωπίσει το μέλλον μόνος του.

Το στάδιο της οδύνης, χαρακτηρίζεται από κύματα πόνου που συνεχώς έρχονται και φεύγουν. Πολλοί θλιμμένοι αισθάνονται βαδιά τον πόνο τους, αλλά δεν έχουν την ικανότητα να τον εκφράσουν. Άλλοι πάλι χάνουν τη λογική τους, καταλαμβάνονται από απελπισία και μόνο όταν εξωτερικεύουν τα συναισθήματά τους ανακουφίζονται. Ακόμη πολλοί θλιμμένοι που βρίσκονται στο στάδιο αυτό γίνονται

αντικοινωνικοί, ενώ άλλοι αναπτύσσουν υπερβολική κοινωνική δραστηριότητα (Φάρος, 1981).

δ) Το στάδιο της ανάρρωσης και προσαρμογής

Η ένδειξη για την έναρξη αυτού του σταδίου κατά τον Φάρο (1981) είναι η εμφάνιση στη σκέψη του θλιμμένου, ιδεών και σχεδίων για μελλοντική δράση. Έτσι ο θλιμμένος αρχίζει να σκέπτεται όνειρα που μπορεί να καταφέρει μελλοντικά. Αισθάνεται ότι έχει επιστρέψει στην κανονική ζωή, ενώ καθώς αρχίζει να αποβάλλει τα σύμβολα του πένθους του, πληροφορεί το περιβάλλον του ότι εισέρχεται στο στάδιο της αναρρώσεως και προσαρμογής. Είναι δυνατόν όμως, όπως παρατηρεί ο συγγραφέας, να συμβούν περιστατικά σχετικά με το νεκρό, όπως η ονομαστική του εορτή, η ημέρα του θανάτου, μια επέτειος, που θα ξαναζωντανέουν τα συναισθήματα κενού στον θλιμμένο.

Τέλος ο Φάρος (1981) τονίζει ότι στην ελληνική κοινωνία υπάρχει μια διαφοροποίηση μεταξύ λαϊκότερων τάξεων από τη μια και των αστών από την άλλη όσον αφορά τα στάδια του πένθους. Η διαδικασία του πένθους στις λαϊκότερες τάξεις είναι φανερό ότι δεν περνάει από το στάδιο της αυτοσυγκρατήσεως, ενώ στις αστικές φαίνεται να ακολουθεί τα ίδια ακριβώς στάδια που περιγράφουν οι Δυτικοί θανατολόγοι

Κατά το Oates W. (1955) ο πένθων περνάει από τις εξής έξι φάσεις κατά την πένθιμη περίοδο:

α) Αρχικά ο θλιμμένος δεν έχει ενεργοποιηθεί και συνεχίζει την καθιερωμένη του συμπεριφορά για μικρό χρονικό διάστημα

β) Η επίδραση του συγκλονισμού δημιουργεί συναισθηματική αναισθητοποίηση του οργανισμού και αυτό λειτουργεί προστατευτικά για το εγώ του θλιμμένου

γ) Το εγώ του θλιμμένου στην προσπάθειά του να προστατευτεί αναπτύσσει τη φαντασία

δ) Στο στάδιο σημειώνεται ένα ξέσπασμα μιας πλημμύρας θλίψης που εκφράζεται ελεύθερα.

ε) Το πέμπτο στάδιο αναφέρεται στο σημείο εκείνο που σημειώνεται ένας μετριασμός της εντάσεως του άγχους, καθώς ο πένθων επανέρχεται στην κανονική ρουτίνα της ζωής του και

στ) Στην τελευταία φάση ο θλιμμένος ενσωματώνει την εικόνα του αγαπημένου του προσώπου στην δική του ιδέα για τον εαυτό του (Φάρος, 1981).

Η Λεσάν (1982) περιγράφει τα στάδια και τις φάσεις που περνάει ένα παιδί που χάνει τον ένα από τους δύο γονείς του. Αρχικά, επικρατεί μια άρνηση και μια δυσπιστία για το γεγονός. Βαθμιαία, όμως, το θλιμμένο άτομο δέχεται το γεγονός τις απώλειες, ενώ επικρατούν συναισθήματα φόβου, θυμού και ενοχής. Το αίσθημα ότι η αγάπη είναι επικίνδυνη, είναι μια φυσιολογική αντίδραση στον πόνο του πένθους. Ο φόβος της μοναξιάς γίνεται έντονος, ενώ η ανάγκη για συντροφιά μεγάλη. Τέλος, μετά από κάποιο χρονικό διάστημα, το θλιμμένο άτομο αρχίζει να συνέρχεται, αρχίζει να στέκεται στα πόδια του και βλέπονται το μέλλον, νιώθει ανακούφιση.

Κατά την Smith (1982) οι πενθούντες-κατά τη διάρκεια της πένθιμης περιόδου ακολουθούν την εξής πορεία. Αρχικά, είναι ταραγμένοι και σοκαρισμένοι από την αναγγελία του θανάτου. Τις πρώτες λίγες ημέρες ή ακόμη και εβδομάδες, μπορεί να μην έχουν συνειδητοποιήσει την απώλεια. Γι' αυτό συχνά συμπεριφέρονται σαν να είναι αισθητή η παρουσία του νεκρού. Πολλές βλέπουν τη μορφή του θανόντα να βρίσκεται στο σπίτι, να κάθεται στην αγαπημένη του πολυθρόνα να κάνουν σχέδια στα οποία θεωρούν τη συμμετοχή του νεκρού δεδομένη. Όμως, με την πάροδο του χρόνου διαβεβαιώνεται να ενισχύεται η προγνωστικότητα της απώλειας. Όταν λοιπόν οι πενθούντες αρχίζουν να νιώθουν την απώλεια, συχνά εκφράζουν συναισθήματα θυμού προς τη θεϊκή δύναμη, η οποία επέτρεψε να συμβεί αυτό το γεγονός και προς τον ίδιο τους τον εαυτό.

Τέλος, η αποδοχή της απώλειας επέρχεται όταν πλέον ο πενθών αρχίσει να μιλά για τον νεκρό και για τη δική του μοναξιά.

Ο Lindermann (1966) επισημαίνει τρία στάδια που λαμβάνουν χώρα στην πένθιμη περίοδο και από τα οποία καλείται να περάσει ο πενθών:

α) Σοκ, δυσπιστία και άρνηση του πενθούντα να πιστέψει ότι έχει συμβεί το γεγονός

β) Οξεία θλίψη με κύριο χαρακτηριστικό της την αποδοχή της απώλειας. Έλλειψη ενδιαφερόντων, αισθήματα μοναξιάς, διαταραχές ύπνου και φαγητού, έντονη ενασχόληση με τον νεκρό, είναι ορισμένες

αντιδράσεις που αναπτύσσει ο πενθών όταν βρίσκεται στο στάδιο αυτό και

γ) Στο τρίτο στάδιο επέρχεται η επίλυση του πένδους, με επαναφορά του πενθούντος στις καθιερωμένες, καθημερινές δραστηριότητες και σταδιακή μείωση της συνεχούς σκέυης στον νεκρό.

Σύμφωνα με τον Bowlby (1961) τρεις φάσεις λαμβάνουν χώρα κατά την πένθιμη περίοδο που καλείται ο πενθών να περάσει:

- α) Προσπάθεια επαναφοράς του προσώπου που έφυγε
- β) Αποδιοργάνωση και απελπισία και
- γ) Επανασυγκρότηση (Φάρος, 1981)

Η Ross (1979) παρατηρεί πέντε στάδια που περνά ο πενθών στην προσπάθειά του να αντιμετωπίσει τον ζαφνικό θάνατό του αγαπημένου προσώπου

- α) Άρνηση του γεγονότος - Απομόνωση
- β) Συναισθήματα θυμού προς το θεό, το νεκρό και άλλα πρόσωπα
- γ) Παζάρεμα - Διαπραγμάτευση
- δ) Ψυχολογική κατάπτωση και καταθλιπτική συμπεριφορά
- ε) Αποδοχή της πραγματικότητας

Τέλος ο Worden (1982) διαπραγματεύεται τέσσερις φάσεις του πένδους:

- α) Αποδοχή της πραγματικότητας για την απώλεια

β) Βίωμα του πόνου που συνεπάγεται το πένθος

γ) Προσαρμογή στο καινούργιο περιβάλλον, με το αγαπημένο πρόσωπο και

δ) Απόσυρση συναισθηματικής ενέργειας και επανεπένδυση σε κάποια καινούργια σχέση (Rando, 1984).

E. Χαρακτηριστικά αντιδράσεων των πενθούντων

Κάθε άνθρωπος αποτελεί μια ξεχωριστή οντότητα και παρουσιάζει μια ιδιομορφία σε όλες τις αντιδράσεις και δραστηριότητες στην ζωή. Έτσι για το ίδιο θέμα συζήτησης, είναι δυνατόν να ακουστούν ποικίλες ερμηνείες και απόψεις, ενώ οι συμπεριφορές και οι αντιδράσεις θα είναι και αυτές εξίσου αρκετές. Το ίδιο συμβαίνει και στην πένθιμη περίοδο. Κάθε άνθρωπος περνώντας από τα στάδια του πένθους αναπτύσσει μια ξεχωριστή εντελώς δική του συμπεριφορά, με βάση τα δικά του προσωπικά συναισθήματα

Έτσι όπως αναφέρει ο Φάρος (1981) μερικοί πενθούντες αισθάνονται έντονη την ανάγκη να επικοινωνήσουν με τον νεκρό τους, τον ξαναζωντανεύουν στην φαντασία τους, τον βλέπουν, μιλάνε, ενώ κάποιιοι άλλοι αποκλείουν τέτοιου είδους πράξεις γιατί αισθάνονται ότι αναζωπυρώνεται το αίσθημα της μοναξιάς που αισθάνονται, πράγμα που επιδεινώνει την κατάστασή τους. Ο συγγραφέας παρατηρεί ότι σε μια έρευνα, η οποία έγινε από μια ομάδα κληρικών, ιατρών και κοινωνιολόγων σε πενθούντες το 50% των θλιμμένων δήλωσαν ότι δεν είχαν ποτέ σκέψεις και συναισθήματα οργής για το νεκρό τους, ενώ το υπόλοιπο 50% δήλωσε ότι έστω και μια φορά ένιωσαν συναισθήματα οργής προς το άτομο που έχασαν.

Η Λεσάν (1981) παρατηρεί ότι κάποιοι πενθούντες νιώθουν έντονα την ανάγκη να κάνουν μόνοι τους μακρινούς περιπάτους, ενώ κάποιοι άλλοι αισθάνονται άσχημα, όταν είναι μόνοι τους και χρειάζονται σε

κάθε κίνηση να υπάρχει πολύς κόσμος γύρω τους. Μερικοί, αναφέρει η ίδια συγγραφέας, έχουν ανάγκη από μεγάλη πουχιά, ενώ κάποιοι επιδιώκουν να ακούν μουσική πολύ δυνατά. Κάποιοι άλλοι μπορεί να θελήσουν να ξανακοιτάξουν τα άλμπουμ με τις φωτογραφίες του θανόντος, ενώ άλλοι να θελήσουν να τα τοποθετήσουν στο υψηλότερο ράφι της βιβλιοθήκης τους. Αναφέροντας ένα χαρακτηριστικό παράδειγμα η Λεσάν λέει ότι η Κάρεν ένωσε σοκ, όταν άκουσε τη μητέρα της να βάζει δίσκους μουσικής λίγες μόλις ημέρες μετά το θάνατο του συζύγου της. Η Κάρεν δεν θα αντιδρούσε ποτέ έτσι, ενώ η μητέρα της βάζοντας δίσκους άκουγε μουσική που άκουγαν μαζί με το σύζυγό της κι έτσι θυμόταν ευτυχισμένες στιγμές που πέρασαν μαζί.

Ωστόσο κατά τον Lindermann (1963) υπάρχει μια αξιοσημείωτη ομοιομορφία στις αντιδράσεις ατόμων που βιώνουν οξεία, αλλά ομαλή θλίψη από το θάνατο ενός αγαπημένου τους προσώπου. Κύματα σωματικής αδιαθεσίας που διαρκούν από είκοσι λεπτά μέχρι μια ώρα, σφίξιμο στο λαιμό, γρήγορη αναπνοή, αναστεναγμοί, αδυναμία των μυών και μια έντονη στενοχώρια. Άλλη έντονη ενασχόληση με τον νεκρό είναι επίσης η νευρικότητα, η αλλαγή στην καθιερωμένη συμπεριφορά και ανικανότητα ανάληψης πρωτοβουλίας (Φάρος, 1981).

Ο Freud (1917) παρατηρεί τέσσερα γενικά χαρακτηριστικά αντιδράσεων των πενθούντων:

- α) Βαθειά και οδυνηρή αποδάρρυνση.
- β) Έλλειψη ενδιαφέροντος για τον έξω κόσμο.

γ) Απώλεια της ικανότητας για αγάπη..

δ) Περιορισμός δραστηριοτήτων μέσω της απόσυρσης από κάθε δραστηριότητα που δεν συνδέεται με τον νεκρό (Rando, 1984).

Ο Φάρος (1981) για το ίδιο θέμα αναφέρει ότι η πένθιμη ενδυμασία, η διακοπή συμμετοχής σε εορταστικές εκδηλώσεις και απολαύσεις της ζωής είναι χαρακτηριστική σχεδόν όλων των ατόμων, τα οποία βρίσκονται στην πένθιμη περίοδο πενθώντας για την απώλεια ενός αγαπημένου τους προσώπου.

ΣΤ. Συμπτώματα πένθους.

Παρά την άποψη της Λεσάν (1982) ότι δεν υπάρχει σωστός ή λανθασμένος τρόπος έκφρασης των συναισθημάτων στην περίοδο του πένθους, η πείρα των ειδικών πιστοποιεί ότι κατά την πένθιμη περίοδο εκτός από τις φυσιολογικές αντιδράσεις μπορεί να αναπτυχθούν σοβαρά παθολογικά χαρακτηριστικά.

α. Φυσιολογικά συμπτώματα πένθους

Ο Lindertmann (1984) παρατηρεί τέσσερις κατηγορίες ομαλών συμπτωμάτων πένθους που είναι οι εξής:

- Σωματική δυσφορία και κόπωση.

Είναι φυσιολογικό ο πενθών, ο οποίος είναι εξασθενημένος ψυχολογικά να αισθάνεται αδύναμος και να κουράζεται εύκολα σε κάθε δραστηριότητα του. Η θλίψη που αισθάνεται για την απώλεια του προσώπου που έχασε, μπορεί να τον αποδυναμώσει σωματικά για κάποιο χρονικό διάστημα μετά το θάνατο.

- Ενασχόληση με τον νεκρό.

Η σχέση νεκρού και πενθούντος δεν είναι δυνατόν να τελειώσει με το θάνατο. Είναι λογικό λοιπόν ο πενθών να νιώθει έντονα την ανάγκη να ασχολείται με το νεκρό του, φθάνει να μην του γίνει έμμονη ενασχόληση.

- **Εχθρικές αντιδράσεις**

Μετά το θάνατο αρκετοί πενθούντες έρχονται αντιμετώποι με την μοναξιά. Για να εξισορροπήσουν λοιπόν τη δυσάρεστη αυτή αίσθηση μπορεί να αναπτύξουν εχθρική συμπεριφορά απέναντι στο νεκρό, στο Θεό, στους ανθρώπους γύρω τους, έτσι ώστε να τους θεωρήσουν υπεύθυνους για την κατάστασή τους.

- **Ενοχή**

Όταν χάνεται ένα πολύ στενά συνεδεμένο πρόσωπο του πενθούντος, συχνά ο πενθών επιρρίπτει ευθύνες για το χαμό στον ίδιο του τον εαυτό θεωρώντας τον υπεύθυνο για την απώλεια.

β. Παθολογικά συμπτώματα πένθους.

Όταν η διεργασία του θρήνου δεν βαίνει ομαλά, είναι δυνατόν να δημιουργηθούν καταστάσεις που οδηγούν σε παθολογικές εκδηλώσεις θρήνου.

Σύμφωνα με τον Τσιάνη (1986) οι βασικές αιτίες εκδήλωσης παθολογικών συμπτωμάτων είναι οι εξής τρεις:

- Ο αιφνίδιος θάνατος

- Η κοινωνική απομόνωση. Όσο πιο απομονωμένο είναι το άτομο που πενθεί τόσο οι διαδικασίες θρήνου μπορεί να παραταθούν και να γίνουν δυσβάσταχτες για τον πενθούντα. Οι διαδικασίες του θρήνου διευκολύνουν πολύ, όταν υπάρχει υποστήριξη και συμπαράσταση από τον κοινωνικό περίγυρο του ατόμου που πενθεί.

- Σε περίπτωση θανάτου που οφείλεται σε ιατρική συμβουλή που δεν ακολουθήθηκε από τον πενθούντα. Το αίσθημα της ενοχής είναι τόσο έντονο, ώστε ο πενθών νιώθει υπεύθυνος για το χαμό του αγαπημένου του προσώπου.

- Σύμφωνα με τον Μάνο (1988), η κατάθλιψη είναι μια φυσιολογική αντίδραση στο θάνατο ενός προσφιούς προσώπου, οπότε μπορεί κατά την πένθιμη περίοδο να αναπτυχθεί πλήρες καταθλιπτικό σύνδρομο που να χαρακτηρίζεται από σωματικά συμπτώματα όπως αϋπνία, απώλεια βάρους και ανορεξία. Εάν όμως υποστηρίζει ο συγγραφέας επικρατεί νοσηρή ενασχόληση με το νεκρό σε συνδυασμό με συναισθήματα αναξιοσύνης, ιδέες αυτοκτονίας, εξεζητημένη λειτουργική έκπτωση ή γυχοκινητική επιβράδυνση, ή «μακρά διάρκεια του πένθους, τότε πρόκειται για εμπλοκή του πένθους με Μείζον Κατάθλιψη, οπότε μιλάμε για μια παθολογική κατάσταση.

Κατά του Lindermann (1982) υπάρχουν πολλά συμπτώματα πένθους τα οποία είναι ένδειξη παθολογίας. Τα συμπτώματα αυτά, όπως αναφέρονται από τον συγγραφέα είναι τα εξής δύο:

- Καθυστερημένη αντίδραση

Η πιο συχνή περίπτωση καθυστερημένης αντιδράσεως είναι η αναβολή η οποία συμβαίνει όταν ο θλιμμένος έχει ορισμένες επιτακτικές ευθύνες την ώρα του θανάτου, χωρίς να του μένει χρόνος για να συνειδητοποιήσει το θάνατο κι έτσι μπορεί να μην αντιδρά για βδομάδες ή ακόμη και χρόνια. Στις περιπτώσεις αυτές ένας άλλος

θάνατος μπορεί να επαναδραστηριοποιήσει το παλιό αδιάλυτο πένθος ή και μερικές φορές, κάποιος να παρουσιάσει συμπτώματα πένθους, όταν ο ίδιος φθάσει στην ηλικία του προσώπου που έχει πεθάνει.

- Παραμορφωμένες αντιδράσεις

Μπορεί να παρατηρηθούν αλλαγές στη συμπεριφορά του ατόμου, όπως οι ακόλουθες:

- Υπερδραστηριότητα χωρίς το συναίσθημα της απώλειας.
- Απόκτηση συμπτωμάτων της ασθένειας από την οποία έπασχε το άτομο που πέθανε .
- Παρουσίαση φυσικής ασθένειας ή μια σειρά από ψυχοσωματικές καταστάσεις, κυρίως ελκωτική κολίτιδα, ρευματική αρθρίτιδα και άσθμα.
- Αλλαγές στις σχέσεις με συγγενείς και φίλους.
- Το άτομο αποφεύγει κοινωνικές επαφές και σχέσεις με φίλους και χαρακτηρίζεται από αυξημένη κοινωνική απομόνωση.
- Παρατεταμένη εχθρότητα εναντίον κάποιου προσώπου. Αυτή η παρατεταμένη εχθρότητα μπορεί να στρέφεται εναντίον φίλων, γνωστών του ίδιου του νεκρού ή ακόμη και του Θεού.
- «Πέτρινη επισημότητα»

Στην προσπάθεια του το άτομο να κρύψει τα εχθρικά συναισθήματα που νιώθει, εμφανίζει μια εικόνα «πέτρινης επισημότητας» που θυμίζει σχιζοφρένεια.

- Διακοπή όλων των καθιερωμένων τρόπων κοινωνικής επαφής.

Το άτομο που παρουσιάζει αυτό το σύμπτωμα δεν κάνει καμία από τις συνηθισμένες του καθημερινές ασχολίες, δε λαμβάνει καμία πρωτοβουλία, ενώ δεν συνεργάζεται με όσους του το ζητούν.

- Δραστηριότητες που επιφέρουν ζημιά. Πολλές φορές, η αντίδραση του πένθους παίρνει την μορφή της κατάθλιψης με μεγάλη ένταση, συναισθήματα αναξιοσύνης, τάσεις αυτοτιμωρίας και έκδηλες ή λανθάνουσες τάσεις αυτοκτονίας.

Μερικά ακόμη συμπτώματα παθολογικού πένθους είναι τα εξής:

- Υπερβολική ευφορία, δραστηριότητα και απασχόληση που εμποδίζει την διαδικασία του πένθους.

- Τάσεις αυτοκαταστροφής .

- Ταύτιση και υιοθέτηση χαρακτηριστικών του θανόντος ή εκδήλωση των ιδίων συμπτωμάτων που είχε ο νεκρός κατά την περίοδο της ασθένειάς του.

- Υπερβολικές αντιδράσεις στο πρόβλημα κάποιου τρίτου προσώπου.

- Αδικαιολόγητο παρατεινόμενο πένθος το οποίο εμποδίζει τον πενθούντα στη λειτουργία της καθημερινής του ζωής. (Παπαδάτου - Χλαπανίδη - Χατήρα, 1986).

Ο Φάρος (1981) πιστοποιεί ότι η παρουσία κάποιων συμπτωμάτων είναι μια βαθιά ένδειξη ότι το άτομο χρήζει ανάγκης κάποιας ειδικής αγωγής και θα πρέπει να παραπεμφθεί σε ψυχίατρο, ψυχοθεραπευτή,

κοινωνικό λειτουργό, ή κληρικό, που έχουν ειδικευτεί στη διεργασία της θλίψης και του πένθους. Αναφερόμενος ο συγγραφέας στα παθολογικά συμπτώματα που μπορεί να αναπτυχθούν κατά την πένθιμη περίοδο συμπληρώνει τα εξής: Απάθεια, διαταραχές στην αντίληψη της πραγματικότητας, ακουστικές και οπτικές παραισθήσεις, άρνηση του γεγονότος της απώλειας, καταναγκαστική ευδιαθεσία, εμμονή στις αναμνήσεις, επιθετικά και καταστρεπτικά όνειρα, γενική ή ειδική κατάπτωση της ψυχικής και σωματικής υγείας και της γενικής κατάστασης του θλιμμένου, αυξημένη κατανάλωση καπνού και οινοπνευματώδων ποτών και χρήση ναρκωτικών ουσιών. Επίσης οι δραστικές αποφάσεις του θλιμμένου για οικογενειακές, κοινωνικές, οικονομικές και επαγγελματικές αλλαγές, εντελώς ασύμφωρες γι' αυτόν, το άγχος του αποχωρισμού, η οργή για εκείνους που βρίσκονται κοντά του και η ενοχή αποτελούν παθολογικά συμπτώματα πένθους. Ακόμη εάν ένα άτομο δεν εξωτερικεύσει τα συναισθήματα του και δεν αντιδράσει έντονα στο πένθος θα πρέπει να αναζητηθούν τα κρυφά αίτια μιας και αποτελεί ένδειξη κάποιας παθολογίας.

Κατά τον Lindermann (1976), όταν ένα άτομο που πενθεί προσπαδεί μόνο του, κλεισμένο σ' ένα μοναχικό δωμάτιο να περάσει τη διαδικασία του πένθους αυτό αποτελεί μια παθολογική περίπτωση (Φάρος, 1981).

Τέλος, ο Τσιάντης (1980) αναφέρει ότι οι παθολογικές εκδηλώσεις θρήνου είναι περισσότερο συνηθισμένες στα παιδιά παρά στους ενήλικες κι αυτό οφείλεται στην φυσιολογική τους ανωριμότητα.

Z. Μηχανισμοί άμυνας που αναπτύσσει ο πενθών κατά την πένθιμη περίοδο

Σύμφωνα με τον Φρόυντ Α. (1978) αμυντικοί μηχανισμοί είναι οι τρόποι και τα μέσα, με τα οποία το εγώ απομακρύνει τη δυσαρέσκεια και το άγχος και ελέγχει την παρορμητική συμπεριφορά, τα συναισθήματα και τις ευοράκτικες τάσεις.

Κατά τον Φάρο (1981) ο πενθών για να απομακρυνθεί από τον πόνο της θλίψης αναπτύσσει αμυντικούς μηχανισμούς, οι οποίοι ακολουθούν πρότυπα αποφυγής πόνου που αναπτύχθηκαν στα πρώιμα στάδια ανάπτυξης του ατόμου.

Μερικοί απ' αυτούς τους αμυντικούς μηχανισμούς είναι οι εξής επτά:

- α) Υπνομανία
- β) Ψυχολογική, γυχοσωματική και οργανική ασθένεια.
- γ) Πολυλογία
- δ) Απάθεια
- ε) Ταύτιση
- στ) Φαντασίωση
- ζ) Ψυχολογική οπισθοδρόμηση

Όσο αφορά τον τελευταίο αμυντικό μηχανισμό είναι μια αντίδραση που ζωντανεύει τους παλιούς μηχανισμούς που το νήπιο χρησιμοποιούσε για να αντιμετωπίσει την αμφιταλάντευση του και τα αρνητικά του

συναισθήματα για την μητέρα. Έτσι δημιουργούνται συναισθήματα εχθρότητας προς το νεκρό, γιατί ο θάνατος του ερμηνεύεται σαν εγκατάλειψη.

Το άτομο που πενθεί αναπτύσσει τους παραπάνω αμυντικούς μηχανισμούς, προστατεύει το εγώ του από μια κατάρρευση ψυχολογική και σωματική.

Η. Πορεία και ολοκλήρωση της πένθιμης περιόδου

Όπως αναφέρει ο Φάρος (1981) ο πενθών στην προσπάθειά του να επικοινωνήσει με τον νεκρό, τον ζαναζωντανεύει στη φαντασία του, τον βλέπει, του μιλάει, τον αγκαλιάζει, τον χαϊδεύει, επαναλαμβάνει παλιές συζητήσεις και αυτό του προκαλεί δάκρυα, αλλά και ανακούφιση.

Το άτομο που πενθεί νιώθει την ανάγκη για συνέχιση της επαφής με τον νεκρό.

Πολλές φορές χρησιμοποιεί το μοιρολόγι που παίρνει τη μορφή διαλόγου, επισκέπτεται τον τάφο όπου κάνει υπεράνθρωπες προσπάθειες για να τον περιποιηθεί και να τον φροντίσει και διοργανώνει τελετές όπου έτσι αισθάνεται έντονα την παρουσία του νεκρού.

Σύμφωνα με τη Smith (1982) οι πενθούντες συχνά αισθάνονται ότι η δεδομένη πραγματικότητα έχει καταρρεύσει ένα χάος έχει επικρατήσει πια στη μονότονη ζωή του και τίποτα τώρα δεν έχει νόημα για αυτούς. Αισθάνονται ανήμποροι να αντιμετωπίσουν την κρίσιμη αυτή κατάσταση, παρόλα όμως αυτά βοηθούμενοι από τον ίδιο τους τον εαυτό και τους ανθρώπους που τους περιβάλλουν θα ξεπεράσουν τα δυσάρεστα αυτά συναισθήματα.

Στο διάστημα της πένθιμης περιόδου συναισθήματα λύπης, θυμού, ενοχής, θα έρχονται και θα φεύγουν, ενώ κύματα δακρύων θα πλημμυρίζουν τα μάτια κάθε φορά που ο πενθών θα νοσταλγεί το αγαπημένο του πρόσωπο.

Περνώντας σιγά - σιγά απ' όλα τα στάδια του πόνου, ο πενθών κάποια στιγμή θα αποδεχθεί την απώλεια και θα αποσυνδεθεί από το νεκρό πρόσωπο.

Έτσι θα κερδίσει σε εμπιστοσύνη και θα αναπτύξει σχέσεις σε μια νέα και πιο ρεαλιστική βάση. Αυτό σημαίνει, αν όχι την πλήρη αποσύνδεση του, από τον νεκρό, την ολοκλήρωση της πένθιμης περιόδου (Smith, 1982).

Η σύγχρονη ψυχολογία, έχει διαπιστώσει ότι είναι καθοριστικής σημασίας για την ψυχική και συναισθηματική ανάπτυξη του ατόμου, η ακολούθηση της σωστής διαδικασίας του αποχωρισμού. Για το λόγο αυτό ο θλιμμένος θα πρέπει να ξεπεράσει την κρίσιμη αυτή κατάσταση του πένθους όσο γίνεται πιο ομαλά με τη βοήθεια κάποιων ειδικών.

Θ. Προϋποθέσεις για την ομαλή εξέλιξη και ολοκλήρωση της πένθιμης περιόδου

Σύμφωνα με τον Spiegel (1971) για να πετύχει ο θλιμμένος την ομαλή εξέλιξη της διαδικασίας του πένθους, απαιτούνται τα εξής:

- α) Εξωτερίκευση της θλίψης
- β) Οργάνωση, έτσι ώστε ο θλιμμένος να εκτιμήσει την απώλεια.
- γ) Αποδοχή της πραγματικότητας. Η άρνηση του πενθούντα για το γεγονός θα πρέπει να εξαλειφθεί και να επιβεβαιωθεί η απώλεια του προσώπου
- δ) Θέληση του θλιμμένου για επιβίωση
- ε) Έκφραση αρνητικών συναισθημάτων
- στ) Αξιολόγηση της απώλειας. Το πόσο δηλαδή αναντικατάστατο ή όχι μπορεί να είναι το άτομο που χάθηκε.
- ζ) Ενσωμάτωση του νεκρού στη ζωή του πενθούντος
- η) Ευκαιρία για νέο προσανατολισμό στη ζωή του πενθούντος.

Όταν βαθμιαία επιτευχθούν οι παραπάνω προϋποθέσεις τότε η διαδικασία του πένθους θα ολοκληρωθεί ομαλά χωρίς να επιτραπεί η ανάπτυξη κάποιας παθολογίας (Φάρος, 1981).

Ο Φάρος (1981) παρατηρεί ότι η απουσία ή η παρουσία των θλιμμένων τη στιγμή του θανάτου αποτελεί σημαντικό παράγοντα για την ομαλή ή όχι εξέλιξη της διαδικασίας του πένθους. Ακόμη η

διάρκεια της επιθανάτιας διαδικασίας θεωρείται καθοριστικός παράγοντας της καλής ή της κακής εξέλιξης της πένθιμης περιόδου. Επιπλέον, κάνει λόγο για τον απροσδόκητο θάνατο, ο οποίος συμβάλλει στη μη εύκολη υποδοχή του γεγονότος, πράγμα που μπορεί να δημιουργήσει σοβαρές συνέπειες.

Κατά την Ross (1988) για να περατωθεί φυσιολογικά η εξέλιξη του πόνου, οι επιζώντες θα πρέπει να ζουν έντονη τη θλίψη τους να περνούν από τη δοκιμασία της κηδείας, για να μπορούν να συνειδητοποιήσουν την απώλεια, να δώσουν διέξοδο στα πραγματικά τους συναισθήματα και να νιώσουν την συμπαράσταση όλων όσων παραστέκονται βαθιά στην οδύνη τους. Ακόμη η θέα του νεκρού αποτελεί για τη συγγραφέα απαραίτητη προϋπόθεση για την ομαλή πορεία και ολοκλήρωση της πένθιμης περιόδου, αφού θεωρεί ότι το σώμα του νεκρού βοηθεί ιδιαίτερα σαν όργανο σωστής απαρχής και ανέλιξης του πόνου.

Για το ίδιο θέμα ο Lindermann (1966) έχει διαπιστώσει από την κλινική του πείρα ότι οι συγγενείς εκείνων που χάθηκαν σε μάχη και που τα πτώματά τους δεν βρέθηκαν ποτέ έχουν μεγαλύτερη πιθανότητα να παρουσιάσουν κάποια ανωμαλία στις αντιδράσεις τους κατά την περίοδο του πένθους, αφού λείπει το σώμα του νεκρού στο θα συγκεντρώσουν τη θλίψη τους. (Φάρος, 1984).

Σύμφωνα με τον Lindermann (1984) για να εξελιχθεί ομαλά το πένθος, ο πενθών θα πρέπει να κατορθώσει τα εξής:

- a) Να αποδεχθεί τον πόνο που του δημιούργησε η απώλεια.

β) Να επανεξετάσει τη σχέση του με τον νεκρό και να εξοικειωθεί με τις εναλλαγές στη μορφή και στον τόνο των συναισθηματικών του φορτίσεων.

γ) Να εκφράσει λύπη για την απώλεια

δ) Να εκφράσει με λόγια τα συναισθήματα ενοχής και να βρει γύρω του πρόσωπα που θα χρησιμοποιήσει ως πρότυπα για να αποκτήσει καινούργιους τρόπους συμπεριφοράς (Rando, 1984).

Κατά τη Rando (1988) η έκφραση των συναισθημάτων θυμού και λύπης που συνοδεύουν τον θάνατο κάποιου αγαπημένου προσώπου είναι ένα σημαντικό κομμάτι για την επιτυχή αντιμετώπιση του πένθους αλλά αυτό δεν είναι αρκετό. Όπως επισημαίνει η συγγραφέας, η διεργασία θα είναι ατελής χωρίς τη σημασία της γνωσιακής και ενδογυχικής διεργασίας του πένθους. Ενώ λοιπόν η εξωτερίκευση των συναισθημάτων είναι σημαντική για την ομαλή πορεία του πένθους εξίσου όμως απαραίτητη είναι μια σειρά από γνωσιακές και ενδογυχικές διαδικασίες, οι οποίες κατά τη Rando είναι οι εξής:

α) Αναγνώριση και κατανόηση της απώλειας

β) Αντίληψη του πόνου και αντίδραση στον αποχωρισμό.

γ) Προσαρμογή στο νέο τρόπο ζωής, χωρίς να ξεχνιέται ο παλιός.

α. Αναγνώριση και κατανόηση της απώλειας

- Αναγνώριση του θανάτου

«Για να υπάρξει ομαλή έκβαση της θλίψης θα πρέπει να αναγνωρισθεί η απώλεια» υποστηρίζει η συγγραφέας (σελ. 226). Όταν ο πενθών αρνείται ότι ο θάνατος έχει συμβεί ή όταν αρνείται να πιστέψει τη μονιμότητα του γεγονότος και ελπίζει ότι ο νεκρός θα γυρίσει στη ζωή, τότε δεν μπορεί να νιώσει την απώλεια και να θρηνήσει.

Γι' αυτό το λόγο σε πολλές περιπτώσεις είναι αναγκαίο ο πενθών να έρθει σε επαφή και να δει το σώμα του νεκρού. Αυτό απελευθερώνει τη φυσική ορμή του πενθούντος να αρνηθεί ότι το αγαπημένο του πρόσωπο έχει πεθάνει.

Οι άνθρωποι συχνά απαιτούν στοιχεία του θανάτου, πριν αρχίσουν να θρηνούν.

Αν δεν υπάρχουν αυτά τότε μπορεί να αναβάλλουν τη θλίψη τους με την ελπίδα ότι το πρόσωπο μπορεί να είναι ζωντανό ή μπορεί να αισθάνονται ότι δεν είναι αναγκαίος ο θρήνος, γιατί δεν υπάρχει πτώμα.

- Κατανόηση του θανάτου

Επιπλέον, αναφέρει η Rando (1988) «είναι απαραίτητο ο πενθών να συνειδητοποιήσει το πως συνέβη ο θάνατος. Θα πρέπει να βρει μια εξήγηση για το γεγονός, η οποία να είναι λογική και να δίνει απαντήσεις σε όλες τις ερωτήσεις που ίσως υπάρξουν. Χρειάζεται

δηλαδή να γίνει κατανοητή η αιτία θανάτου και τα γεγονότα που οδήγησαν στο δυσάρεστο συμβάν.»

Συμβαίνει συχνά, παρατηρεί η ίδια συγγραφέας (1988) οι γονείς που χάνουν τα μωρά τους ξαφνικά να αντιμετωπίζουν προβλήματα και δυσκολίες κατά την περίοδο που πενθούν, αφού δεν μπορούν να δώσουν απαντήσεις για το γεγονός, εφόσον δεν υπάρχει φανερή αιτία θανάτου.

β. Αντίληψη του πόνου και αντίδραση στον αποχωρισμό

- Αντίληψη του πόνου

Κατά τη Rando (1988) μπορεί κάποιος που πενθεί να προσπαθεί να επιβραδύνει τον πόνο ή να τον αρνηθεί. Μπορεί να αποφεύγει να σκέφτεται για την απώλεια, να απομακρύνει τον εαυτό του από τα συναισθήματα του, μπορεί επίσης να συγκεντρώσει το ενδιαφέρον του στον πόνο των άλλων, έτσι ώστε να περνά ο δικός του απαρατήρητος ή να κρατά τον εαυτό του απασχολημένο για να μην αισθανθεί την απώλεια. Όλες αυτές οι αντιδράσεις, σύμφωνα με τη Rando (1988) μπορεί να επιφέρουν κάποιο θετικό αποτέλεσμα για κάποιο χρονικό διάστημα. Ωστόσο όμως αυτό δεν αρκεί για να διαλυθεί η θλίψη, χωρίς να δημιουργήσει προβλήματα στο μέλλον, θα πρέπει ο πενθών να νιώσει τον πόνο και τη θλίψη που δημιουργεί απώλεια.

Υπάρχουν δύο εκδοχές, όπως χαρακτηριστικά λέει η ίδια συγγραφέας: «Ή να πληρώσει τώρα, την περίοδο του πένθους του ή να πληρώσει αργότερα οπότε το τίμημα θα είναι σίγουρα μεγαλύτερο » (Rando 1988).

- Αντίδραση στον αποχωρισμό

Απαραίτητο επίσης στοιχείο για την ομαλή εξέλιξη της διαδικασίας του θρήνου είναι να μάθει ο πενθών να ζει και να επιβιώνει ομαλά, χωρίς το άτομο, που χάθηκε και με το οποίο είχε μια ιδιαίτερη σχέση.

- Επαναπροσαρμογή στο «νέο κόσμο».

Κάθε φορά που ξεκινά ο πενθών να κάνει κάτι και βλέπει ότι το αγαπημένο του πρόσωπο δεν είναι δίπλα του, για να του πει ή για να κάνει πράγματα που θέλει, χρειάζεται, τότε ο πενθών να συνειδητοποιεί ότι πια είναι νεκρός. Έτσι αναγκάζεται να επαναπροσαρμοστεί στην ιδέα ότι έχει χαθεί το αγαπημένο του πρόσωπο και ότι θα πρέπει να βρει τρόπους για να αντιμετωπίσει αυτές τις ανάγκες και να τις καλύψει. Θα πρέπει, αναφέρει η Rando (1988), να συνηθίσει ο πενθών στο νέο κόσμο χωρίς το αγαπημένο του πρόσωπο και να κινείται μέσα σε αυτόν με τρόπους που θα ανταποκρίνονται στην πραγματικότητα ότι πια δεν υπάρχει στη ζωή του όπως πριν.

- Αλλαγή της συναισθηματικής προσκόλλησης και επένδυσης

Με το πέρασμα του χρόνου μετά το θάνατο θα πρέπει ο πενθών να αλλάξει τη συναισθηματική του επένδυση σε αυτόν που χάθηκε και να προσαρμοστεί στη νέα κατάσταση. Αυτό υποστηρίζει η Rando (1988) δε σημαίνει ότι ο πενθών πλέον παύει να αγαπά το νεκρό του ή ότι τον έχει ξεχάσει. Απλά, για να διαλυθεί επιτυχώς το πένθος, θα πρέπει ο πενθών να αποσύρει όλη τη συναισθηματική του ενέργεια που είχε επενδύσει στο νεκρό του, έτσι ώστε να απελευθερωθεί από τις παλιές

προσκολλήσεις και να αναπτύξει καινούργιες. Βέβαια, αυτό δεν είναι εύκολο να γίνει και σίγουρα απαιτεί αρκετό χρόνο και προσπάθεια να επιτευχθεί.

Υπάρχουν πολλά παραδείγματα πενθούντων που κατάφεραν με επιτυχία να διαλύσουν το πένθος του με αυτόν τον τρόπο.

Αυτοί για παράδειγμα, είναι οι πενθούντες που μπορούν:

- Να θυμούνται το αγαπημένο τους πρόσωπο χωρίς πόνο.
- Να αναφέρουν τον νεκρό ή να εξιστορούν γεγονότα γι' αυτόν χωρίς να συντρίβονται
- Να εκφράζουν μετάνοιες, χωρίς υπερβολικές τύψεις.
- Να αγαπούν άλλους, χωρίς να αισθάνονται ότι με τον τρόπο αυτό προδίδουν το νεκρό τους (Rando, 1988).

γ. Προσαρμογή στο νέο τρόπο ζωής, χωρίς να ξεχνιέται ο παλιός

- Ανάπτυξη μιας νέας σχέσης με το πρόσωπο που χάθηκε

Αν ο θάνατος τελειώνει τη ζωή του ατόμου, αναγνωρίζει η Rundo (1988), αυτό σε σημαίνει ότι αναγκαστικά τελειώνει και η σχέση του πενθούντος με το νεκρό αγαπημένο του πρόσωπο. Μπορεί να συνεχισθεί να υπάρχει μια σχέση ταιριαστή που να θεωρείται υγιής, αφού θα υπάρχει αναγνώριση του γεγονότος, ότι το αγαπημένο πρόσωπο πλέον δε ζει.

- Να κρατά ο πενθών το πρόσωπο που χάθηκε «ζωντανό» κατάλληλα

«Το να ζει ο πενθών τη ζωή του χωρίς της ανάμνηση του αγαπημένου του προσώπου που χάθηκε, αυτό από τη μια δε λειτουργεί θεραπευτικά για την ομαλή πορεία του αποχωρισμού, ενώ από την άλλη θεωρείται προδοσία», λέει η Rando, (1988).

Θα πρέπει ο πενθών, αρχικά να αποφασίσει ποια μέρη της παλιάς του ζωής και σχέσης με τον νεκρό θα πρέπει και μπορεί να διατηρήσει και ποια θα πρέπει να εγκαταλείψει. Για παράδειγμα, μπορεί ο πενθών να αποφασίσει να διατηρεί συγκεκριμένες πράξεις που μοιράζονται με τον νεκρό ή να εμφανίζει αναμνηστικά της σχέσης, ενώ μπορεί να σταματήσει να κάνει πράγματα που έκανε πάντα μαζί με τον νεκρό και τώρα τον στεναχωρούν ιδιαίτερα.

Έτσι λοιπόν, προσθέτει η Rando (1988) υπάρχουν αναρίθμητοι τρόποι, για να κρατηθεί το άτομο που χάθηκε ζωντανό για τον πενθούντα, αλλά και για τους άλλους, αρκεί αυτό να γίνεται σωστά, έτσι ώστε να μην δημιουργηθούν προβλήματα. Ακόμη επιμνημόσυνες τελετές, τονίζει η ίδια συγγραφέας και οι διάφορες τελετουργίες γενικότερα είναι ένας σημαντικός τρόπος, ο οποίος συμβάλλει στο να διατηρηθεί το αγαπημένο πρόσωπο «ζωντανό». Επιπλέον διάφορα αντικείμενα, φωτογραφίες, ενθύμια δώρα, κοσμήματα μπορεί να είναι υπενθυμίσεις του νεκρού ατόμου και οι οποίες μπορεί να τον συμβολίζουν στον πενθούντα.

- Δημιουργία νέας ταυτότητας

Υπάρχουν διάφορα είδη αλλαγών που θα πρέπει να γίνουν, για να προσαρμοσθεί ομαλά ο πενθών στο «νέο κόσμο», χωρίς να είναι παρόν το αγαπημένο του πρόσωπο. Αν το άτομο που χάθηκε ήταν ένα πολύ σημαντικό μέρος στη ζωή του πενθούντα, τότε ο θάνατος αναπόφευκτα θα αλλάξει και την ταυτότητα του πενθούντος. Αυτό, λέει η Rando (1988), συμβαίνει, επειδή οι αλληλεπιδράσεις με το νεκρό βοήθησαν στον καθορισμό της ταυτότητας του πενθούντος, όταν πλέον ο νεκρός βρίσκονταν στη ζωή. Έτσι όταν πεθαίνει το άτομο που καθόριζε την ταυτότητα και το ρόλο του πενθούντος, το κομμάτι που σχετιζόταν με το νεκρό πλέον δεν υπάρχει. Για παράδειγμα, όταν πεθαίνει ο σύζυγος, παύει ο πενθούντας να έχει το ρόλο του συζύγου, αφού χάθηκε το άτομο όπου καθόριζε το ρόλο του.

Με το θάνατο λοιπόν του ατόμου που καθόριζε την ταυτότητα και το ρόλο του πενθούντος, ο πενθών θα πρέπει να καταβάλλει προσπάθεια, έτσι ώστε να δημιουργήσει μια νέα ταυτότητα και έναν καινούργιο ρόλο στη ζωή του.

-Επανεπένδυση της συναισθηματικής ενέργειας του πενθούντος

Η Rando (1988) θεωρεί απαραίτητη προϋπόθεση για την ομαλή εξέλιξη του πόνου την επανεπένδυση της συναισθηματικής ενέργειας του πενθούντος.

Η συναισθηματική ενέργεια του πενθούντος που αποσύρεται από την προηγούμενη σχέση με το πρόσωπο που χάθηκε, θα πρέπει οπωσδήποτε να επαναεπενδυθεί κάπου αλλού, έτσι ώστε να επιφέρει στο άτομο που πενθεί ικανοποίηση και ευχαρίστηση. Αυτό δεν αποτελεί, σε καμιά

περίπτωση, αντικατάσταση του προσώπου που χάθηκε, αφού κανείς δεν μπορεί να το αντικαταστήσει.

Αυτή η συναισθηματική ενέργεια, τονίζει η Rando (1988) δεν είναι απαραίτητο να επαναεπενδυθεί αποκλειστικά από κάποιο άλλο πρόσωπο. Μπορεί να επαναεπενδυθεί σε αντικείμενα, φίλους, ελπίδες, σκοπούς, όνειρα, δραστηριότητες ή οτιδήποτε άλλο θελήσει ο πενθών.

Η Rando (1988), παραθέτει ειδικές συμβουλές και προτάσεις, που θα βοηθήσουν τον πενθούντα να περάσει το πένθος του ομαλά, έτσι ώστε η θλίψη να ολοκληρωθεί χωρίς προβλήματα. Οι συμβουλές αυτές είναι οι εξής είκοσι τρεις:

- Αφήστε τον εαυτό σας ελεύθερο να αισθανθεί την απώλεια και να θρηνήσει γι' αυτήν
- «Εργαστείτε» έτσι ώστε να φθάσετε σε σημείο όπου να καταλάβετε το θάνατο του αγαπημένου σας προσώπου που έφυγε
- Να αποδέχεσθε την κοινωνική βοήθεια και να ζητάτε από τους γύρω σας, ότι χρειάζεσθε
- Μην αποξενώνεσθε
- Μην ξεχνάτε ότι ο θάνατος του αγαπημένου σας προσώπου θα επηρεάσει την οικογένεια και τους εαυτούς σας
- Δώστε ένα τόνο έκφρασης σε όλα τα συναισθήματά σας
- Να θυμάστε τον νεκρό σας
- Να προσπαθήσετε να τελειώσετε της «ασυμπλήρωτες» δουλειές σας

• Παραδοθείτε παραγωγικά στη διαδικασία της θλίψης, φροντίζονται παράλληλα τον εαυτό σας

• Δώστε στον εαυτό σας διαλείμματα από τη θλίψη

• Βρείτε τρόπους για να ξαναγεμίσετε τον εαυτό σας

• Ασχοληθείτε με φυσικές δραστηριότητες για να διώχνετε τα έντονα συναισθήματα

• Αποφασίστε ποιοι θα είναι οι κατάλληλοι τρόποι, για να κρατήσετε την ανάμνηση του νεκρού σας ζωντανή

• Σκεφτείτε μικρούς στόχους και ευχαριστήσεις

• Την κατάλληλη εποχή βρείτε πράγματα, ανθρώπους, αντικείμενα, δραστηριότητες, για να επενδύσετε σε αυτά.

• Αναγνωρίστε το κέρδος που έχει επέλθει από την απώλεια

• Μην αφήνετε τους άλλους να καθορίσουν την εμπειρία του πόνου και της θλίψης σας

• Βρείτε τρόπους για να κάνετε το θάνατο να έχει σημασία για σας

• Πρέπει να δημιουργήσετε μια νέα ταυτότητα

• Προσπαθήστε να διατηρήσετε μια καλή φυσική υγεία

• Δώστε στον εαυτό σας ήσυχες στιγμές

• Να μιλάτε για τον νεκρό σας

• Ψάξτε να βρείτε άτομα που θα μπορούσαν να σας ακούσουν

**ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΤΗ ΜΟΡΦΗ,
ΤΟΝ ΤΡΟΠΟ ΕΚΦΡΑΣΗΣ, ΤΗΝ ΕΝΤΑΣΗ, ΤΗ
ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΗΣ ΘΛΙΨΗΣ, ΚΑΘΩΣ ΚΑΙ ΤΗΝ ΥΓΙΗ
ΕΚΒΑΣΗ ΚΑΙ ΟΛΟΚΛΗΡΩΣΗ ΤΗΣ ΠΕΝΘΙΜΗΣ
ΠΕΡΙΟΔΟΥ**

Στην πένθιμη περίοδο, όπως παρατηρεί η Τσαντίλη (1979) το πως θα εκδηλωθεί ο θρήνος, ποια θα είναι η έντασή του, τι μορφές θα πάρει και το πόσο θα διαρκέσει, εξαρτάται από τα παρακάτω οκτώ σημεία:

- α) Από την προϋπάρχουσα σχέση του πενθούντος με το νεκρό
- β) Από το είδος του θανάτου
- γ) Από τον τρόπο και τον τόπο πληροφόρησης του θανάτου
- δ) Από τις προϋπάρχουσες εμπειρίες που έχει το άτομο
- ε) Από την ηλικία του πενθούντος
- στ) Από το πόσο είναι δυνατόν να περάσει ο πενθών από τις διαδικασίες βαθμιαίας απόσυρσης των συναισθημάτων του
- ζ) Από το αν ο πενθών θα εξωτερικεύσει τα συναισθήματά του και
- η) Από τη βοήθεια και τη στήριξη του πενθούντος από φίλους

Κατά το Φάρο (1981) υπάρχουν ορισμένοι παράγοντες, οι οποίοι εμποδίζουν την ομαλή εξέλιξη της διαδικασίας του πένθους όπως:

- α) Η αντίσταση στο ελεύθερο ζέσπασμα του πενθούντος

β) Η μη ανάπτυξη των ικανοτήτων του πένθους που συμβαίνει συνήθως στα παιδιά

γ) Ένα παλιό αξεδιάλυτο πένθος

δ) Οι αμφιβολίες για την πραγματικότητα του θανάτου, όπως συμβαίνει στην περίπτωση αγνοουμένων που ο θάνατος δεν είναι σίγουρος

ε) Όταν υπάρχουν συγκρουόμενα συναισθήματα για τον νεκρό και

στ) Κάποιοι κοινωνικοί και θεραπευτικοί παράγοντες που επιβάλλουν την ήρεμη αντιμετώπιση του πένθους και ένδειξη καλλιέργειας και παραδειγματικής συμπεριφοράς.

Ο ίδιος συγγραφέας παρατηρεί ότι η διάρκεια των συμπτωμάτων του πένθους εξαρτάται από την επιτυχία της διεργασίας της θλίψης, την απελευθέρωση του δεσμού με τον νεκρό, την επαναπροσαρμογή του πενθούντος στο περιβάλλον του και τη δημιουργία νέων σχέσεων. Ενώ η διαφορά έντασης του πένθους ανάμεσα στα μέλη μιας οικογένειας οφείλεται στη σχέση του κάθε μέλους με το νεκρό.

Ο Jackson (1980) αναφερόμενος στην ένταση της θλίψης παρατηρεί ότι υπάρχουν τέσσερις παράγοντες που την προσδιορίζουν:

α) Η δομή της προσωπικότητας του θλιμμένου

β) Οι κοινωνικοί παράγοντες

γ) Ο ρόλος που ο νεκρός έπαιζε στη ζωή του πενθούντος και

δ) Το σύστημα αξιών του πενθούντος (Φάρος 1981).

Η Rando (1988) αναφέρει: «Είναι λάθος να βάζουμε θλιμμένους ανθρώπους μαζί. Δεν είναι σωστό να υποθέτουμε ότι επειδή δύο άτομα έχουν χάσει το ίδιο πρόσωπο, θα περνούν την πένθιμη διαδικασία με τον ίδιο τρόπο. Για παράδειγμα αν ένα ζευγάρι έχει χάσει ένα παιδί, η αντίδραση του ενός συζύγου δεν είναι η ίδια με την αντίδραση του άλλου. Ο καθένας από το ζευγάρι αυτό έχει χάσει μια ειδική σχέση με το παιδί του, η οποία διαφέρει από του άλλου, αφού ο καθένας είναι ένα διαφορετικό πρόσωπο. Ενώ δηλαδή η αντικειμενική εμπειρία είναι παρόμοια και στους δύο γονείς, ωστόσο οι παράγοντες που επηρεάζουν τον κάθε θλιμμένο θα είναι διαφορετικοί».

Κατά τη Rando (1988), ενώ είναι γεγονός, σε παγκόσμια κλίμακα, ότι υπάρχουν αρκετά κοινά στοιχεία στην εμπειρία της θλίψης, έχει διαπιστωθεί ότι αυτά τα στοιχεία εκφράζονται μέσω ενός πολύ ατομικιστικού τρόπου, ο οποίος εξαρτάται από ψυχολογικούς, κοινωνικούς και φυσικούς παράγοντες, οι οποίοι επηρεάζουν την αντίδραση του πενθούντος.

A. Ψυχολογικοί παράγοντες

α. Τα χαρακτηριστικά και η σημασία της χαμένης σχέσης

Η μοναδική φύση, η σημασία της απώλειας και η σχέση που έχει διακοπεί.

Η απώλεια ενός κατοικίδιου ζώου, λέει η Rando (1988) μπορεί να είναι ένας πόνος για πολλά άτομα, αλλά ταυτόχρονα μπορεί να είναι ιδιαίτερα καταστρεπτική αυτή η εμπειρία για ένα ηλικιωμένο άτομο, για το οποίο το κατοικίδιο ζώο σήμαινε σε αυτό συντροφιά, αγάπη και ασφάλεια. Ακόμη, συμπληρώνει η ίδια συγγραφέας, ο θάνατος ενός γονέα δεν είναι απαραίτητα σίγουρο ότι θα επιφέρει περισσότερη θλίψη από το θάνατο του παππού ή της γιαγιάς. Γιατί ο θάνατος ενός παππού ή της γιαγιάς μπορεί να έχει μεγαλύτερο αντίκτυπο από αυτόν του γονέα αν ο θλιμμένος είχε μια ενδόγυχη σχέση με τον παππού ή την γιαγιά του. Έτσι όλοι οι άνθρωποι δεν αντιδρούν με τον ίδιο τρόπο στην ίδια απώλεια κυρίως επειδή όλες οι απώλειες δεν σημαίνουν το ίδιο για όλους.

-Η ποιότητα της σχέσης που χάθηκε

Κατά τη Rando (1988) η φύση της σχέσης που έχει χαθεί και η δύναμη της συναισθηματικής προσκόλλησης του πενθούντος με το άτομο που έχει χαθεί επηρεάζει τη θλίψη και τη δυνατότητα να ξεπεραστεί γρήγορα. Τα άτομα τα οποία στηρίζονται πολύ σε ένα άτομο το οποίο έχει πεθάνει συνήθως αντιμετωπίζουν περισσότερα προβλήματα

σε σχέση με άλλα άτομα, για τα οποία ο θανών δεν τους ήταν και τόσο απαραίτητος.

-Ο ρόλος και οι λειτουργίες που είχε το άτομο που χάθηκε στην οικογένεια ή το κοινωνικό σύνολο

Μετά τον θάνατο οι απώλειες που είναι αποτέλεσμα των ασυμπλήρωτων ρόλων και λειτουργιών του θανόντος, πρέπει να συνειδητοποιούν και να θρηνούν. Ο τύπος και ο αριθμός των ρόλων και λειτουργιών που είχε το άτομο που χάθηκε θα καθορίσει πόσο απαιτείται από τον πενθούντα να θρηνήσει, πόσος επαναπροσανατολισμός θα επιτευχθεί και πόση προσαρμογή τελικά θα υπάρξει. Ακόμη θα επηρεάσουν τις συγκεκριμένες απαιτήσεις, που αναλαμβάνονται πλέον από τον πενθούντα, για οικογενειακούς ρόλους και λειτουργίες που πριν ανήκαν στο άτομο που χάθηκε.

Έτσι όσο περισσότεροι και σημαντικοί ήταν οι ρόλοι και οι λειτουργίες που είχε το άτομο που χάθηκε, σε σχέση με τον πενθούντα, τόσο οδυνηρή θα είναι η εμπειρία του χαμού και τόσο περισσότερο θα πρέπει να θρηνήσει ο πενθών και να επαναπροσαρμοστεί». Για παράδειγμα, η γυναίκα της οποίας ο άνδρας της ήταν ο καλύτερος της φίλος, ο σύντροφος, ο εραστής, ο λογιστής, ο εξομολογητής, ο κοινωνικός σύντροφος, ο μάγειρας, ο μασέρ και συντονιστής των ταξιδιών της, αυτή θα χάσει πολλά περισσότερα όταν αυτός πεθάνει από τη γυναίκα της οποίας ο σύζυγος της ήταν γι' αυτήν μόνο εραστής και τίποτα άλλο. Έτσι η πρώτη θα θρηνήσει πολύ περισσότερο από τη

δεύτερη και θα χρειαστεί να κάνει περισσότερες προσαρμογές» (Rando, 1988).

-Τα χαρακτηριστικά του προσώπου που πέθανε

Η ηλικία του νεκρού, ο τύπος του ανθρώπου που ήταν και ο ρόλος που έπαιζε για τον πενθούντα επηρεάζουν τη θλίψη του.

Για παράδειγμα, όπως αναφέρει η Rando, (1988): «Το να χάσει κανείς κάποιον που αγαπά, με τον οποίο να βρίσκεται στην ίδια ηλικία, να είναι καλός άνθρωπος και να παίζει σημαντικό ρόλο στη ζωή του, θα είναι δυσκολότερο γι' αυτόν από το να χάσει κάποιον -συγγενή του μεν - ο οποίος όμως να είναι πολύ μεγάλος σε ηλικία, όχι ιδιαίτερα συμπαθής και λίγο γνωστός» (σελ. 49).

-Το μέγεθος των «ασυμπλήρωτων εργασιών» μεταξύ του ατόμου που χάθηκε και του πενθούντος

Με τον όρο «ασυμπλήρωτες εργασίες» η Rando (1988) ευνοεί θέματα, τα οποία δεν ειπώθηκαν ποτέ ή δεν τακτοποιήθηκαν στη σχέση του πενθούντος με τον νεκρό. Για παράδειγμα, έκφραση συναισθημάτων αγάπης, διάλυση αντιδικιών του παρελθόντος. Έτσι όσο λιγότερες είναι αυτές οι εκκρεμότητες, τόσο λιγότερη συναισθηματική φόρτιση από την πλευρά του πενθούντος θα υπάρχει μετά το θάνατο του ατόμου. Το άγχος θα είναι μειωμένο και λιγότερη ανάγκη θα υπάρξει για ευκαιρίες που θα επιδιώκουν το «κλείσιμο» της σχέσης με τον νεκρό.

-Η αντίληψη του πενθούντος για την ολοκλήρωση του κύκλου ζωής του νεκρού

Όσο πιο πολύ αντιλαμβάνεται ο πενθών ότι ο νεκρός του είχε μια ολοκληρωμένη ζωή τόσο περισσότερο έτοιμος είναι να αποδεχθεί το θάνατο και να ολοκληρωθεί σύντομα η πένθιμη περίοδος. Γι' αυτό παρατηρεί η Rando (1988) είναι συγκριτικά πιο δύσκολο να αντιμετωπίσει κανείς το θάνατο ενός παιδιού, αφού το παιδί δεν είχε την ευκαιρία να ολοκληρώσει τη ζωή του, όπως ακριβώς του άξιζε. Έτσι συχνά σε περιπτώσεις που χάνεται ένα άτομο μικρής ηλικίας το πένθος για το άτομο που ζει είναι διπλό ή πολλαπλό συγκριτικά με άλλες περιπτώσεις που ο νεκρός είχε συμπληρώσει τον κύκλο της ζωής του.

-Ο αριθμός, ο τόπος και η ποιότητα των δευτερευόντων χαμών που επιφέρει ο θάνατος

Η Rando (1988) επισημαίνει ότι όσο περισσότερες είναι οι δευτερεύουσες απώλειες ως συνέπεια του θανάτου του προσώπου, τόσο μεγαλύτερη θα είναι η ένταση της θλίψης, αφού το μέγεθος των απωλειών είναι μεγαλύτερο.

β. Τα προσωπικά στοιχεία του πενθούντος

-Η ικανότητα του πενθούντος να αντιμετωπίζει καταστάσεις η προσωπικότητά του και η νοητική του υγεία.

Κατά τη Rando (1988) τα παραπάνω ψυχικά γνωρίσματα θα επηρεάσουν την αντίδραση του πενθούντος. Οι περισσότεροι άνθρωποι

τείνουν να αντιμετωπίσουν την θλίψη τους χρησιμοποιώντας αντιδράσεις οι οποίες για αυτό είναι οικείες. Για παράδειγμα, αν συνεχώς κάποιος αντιμετωπίζει τις διάφορες κρίσεις της ζωής με το να απομακρύνεται από αυτές οι πιθανότητες για μια παρόμοια συμπεριφορά στο θάνατο ενός αγαπημένου προσώπου είναι μεγάλες. Ενώ αν το άτομο κάθε φορά προσεγγίζει τις κρίσεις της ζωής με έναν υγιή, χωρίς περιστροφές τρόπο, είναι πιθανό να αναπτύξει παρόμοια δετική προσέγγιση και στη θλίψη.

-Το επίπεδο ωριμότητας και ευφυίας του πενθούντος

Η ωριμότητα και η ευφυία όπως αναφέρει η Rando (1988) θεωρούνται προσόντα αποτελεσματικής αντιμετώπισης του πόνου, ενώ ταυτόχρονα ευνοούν την αποφασιστικότητα του ατόμου προς τον πόνο του.

-Προηγούμενες εμπειρίες πένθους

Κατά τη Rando (1988) οι προηγούμενες εμπειρίες πένθους όχι μόνο δημιουργούν προσδοκίες αλλά επηρεάζουν τις στρατηγικές που θα χρησιμοποιήσει ο πενθών, για να αντιμετωπίσει το νέο πένθος του. Η συγγραφέας τονίζει ότι αυτή η επιρροή μπορεί να είναι δετική ή αρνητική. Για παράδειγμα αν ο πενθών έχει μάθει μέσω της εμπειρίας του από προηγούμενους θανάτους οικείων προσώπων ότι η έντονη θλίψη θα εκλείψει γρήγορα, τότε θα αφηθεί στη διαδικασία της θλίψης. Έτσι με τις πολλαπλές εμπειρίες πένθους το άτομο αποκτά μια εξοικείωση απέναντι στο γεγονός με αποτέλεσμα να το αντιμετωπίζει ίσως περισσότερο γύχραιμα.

-Το κοινωνικό, πολιτιστικό, εθνικό, θρησκευτικό και φιλοσοφικό παρελθόν των πενθούντων

Η Rando (1982) υποστηρίζει ότι οι παραπάνω παράγοντες επηρεάζουν τον τρόπο, με τον οποίο ο πενθών καταλαβαίνει τη θλίψη του, την έκφραση του πόνου και τον τρόπο αντιμετώπισης της κρίσιμης κατάστασης. Αυτοί οι παράγοντες, διαμορφώνουν την πίστη, τα νοήματα και τις αξίες της ζωής, την ιδέα της ζωής μετά το θάνατο. Χρησιμοποιώντας ένα παράδειγμα η συγγραφέας λέει ότι ένα άτομο το οποίο έχει μεγαλώσει στην Ιταλία, όπου οι αξίες της κοινωνίας εκεί ευνοούν την έντονη έκφραση των συναισθημάτων, θα διαφέρει από έναν Αγγλο, αφού στην Αγγλία τα συναισθήματα δεν εξωτερικεύονται.

-Το φύλο του πενθούντος

Στις δυτικές κοινωνίες οι άνδρες - παραδοσιακά - θεωρούνται ότι ελέγχουν τα συναισθήματά τους και αποφεύγουν να τα εξωτερικεύσουν. Αυτό συνήθως τους δυσκολεύει να αντιμετωπίζουν τη στενοχώρια, το χαμό, την απογοήτευση και τη μοναξιά. Τα συναισθήματα και η συμπεριφορά των γυναικών, προσθέτει η Rando (1988), στο χαμό κάποιου είναι πιο άμεσα.

-Η ηλικία του πενθούντος

Η ηλικία του πενθούντος όπως είναι φανερό, σχετίζεται και με άλλους παράγοντες όπως οι προηγούμενες εμπειρίες πένθους και το επίπεδο ωριμότητας και ευφυίας. Όταν ένα παιδί αναφέρει η Rando (1988), είναι θλιμμένο για το ίδιο πρόσωπο, για το οποίο πενθεί και ένας

ενήλικας, θα υπάρξουν διαφορές μεταξύ των δύο, όσον αφορά το επίπεδο της κατανόησης και της ωριμότητας, με την οποία θα επιλέξουν μηχανισμούς για την αντιμετώπιση της θλίψης.

-Η παρουσία άγχους ή κρίσεων ήδη στη ζωή του πενθούντος

Αν ο πενθών κατά τη χρονική στιγμή του χαμού του αγαπημένου του προσώπου έχει να αντιμετωπίσει και άλλες κρίσεις, τότε η θλίψη του θα είναι αρκετά πιο πολύπλοκη. Για παράδειγμα αν ο πενθών την περίοδο της θλίψης του είναι άνεργος, άρρωστος, αν έχει περάσει πρόσφατα διαζύγιο και γενικά αν «παλεύει» με μια δυσκολία τότε θα είναι σχετικά πιο δύσκολο να αντιμετωπίσει τον πόνο του για το πρόσωπο που χάθηκε. Έτσι οι επιπρόσθετες δυσκολίες μπορεί να μειώσουν την ενέργεια, να τον αποδυναμώσουν ψυχικά και σωματικά και να επιβαρύνουν τον πενθούντα με μεγαλύτερες απαιτήσεις σε μια περίοδο της ζωής του που είναι ήδη πολύ εξαντλημένος (Rando, 1988).

γ. Οι συγκεκριμένες συνθήκες θανάτου

- Οι «γύρω» συνθήκες θανάτου

Με τον όρο «γύρω» συνθήκες θανάτου η Rando (1988) εννοεί τις μέσες συνθήκες θανάτου, όπως η τοποθεσία, ο τόπος του θανάτου η αιτία θανάτου και το κατά πόσο ο πενθών ήταν έτοιμος ή όχι για το θάνατο. Έτσι είναι σχετικά πιο δύσκολο να αντιμετωπισθεί ο θάνατος κάποιου που έχει δολοφονηθεί από το θάνατο κάποιου ο οποίος επήλθε από ασθένεια και το άτομο πέθανε στο σπίτι του με την οικογένειά του και τους φίλους του παρόντες.

- Ο «συγχρονισμός» του θανάτου -

Αυτό αναφέρεται στα συναισθήματα του πενθούντος για το πόσο αποδεκτός ήταν ο θάνατος του συγκεκριμένου προσώπου εκείνη τη χρονική στιγμή που επήλθε.

Στο βαθμό που ο πενθών θεωρεί ότι ο θάνατος δεν επήλθε τη χρονική στιγμή που έπρεπε, θα υπάρχει περισσότερη δυσκολία στο να αντιμετωπίσει τον πόνο του.

-Η αντίληψη του πενθούντος όσον αφορά την αποφυγή του θανάτου

Όπως παρατηρεί η Rando (1988) εάν θεωρηθεί από τον πενθούντα ότι ο θάνατος θα μπορούσε να είχε αποφευχθεί και θεωρεί τον εαυτό του υπεύθυνο για το γεγονός τότε η θλίψη του θα είναι μεγαλύτερη και οι τύχει ίσως κάνουν τη διαδικασία του πένθους πιο περίπλοκη και αρκετά χρονοβόρα.

-Η διάρκεια της ασθένειας πριν τον θάνατο

Μιας μικρής διάρκειας ασθένεια, καθώς και μια μεγάλης διάρκειας μπορεί να κάνουν τη θλίψη περισσότερο δύσκολη. Από τη μια στην ασθένεια μικρής διάρκειας, υπάρχει μια σχετική έλλειψη προετοιμασίας του πενθούντος για το γεγονός και αυτό ίσως αποβεί αρνητικό στην ομαλή έκβαση της πένθιμης περιόδου. Από την άλλη ασθένεια συνεχίζεται για μεγάλο χρονικό διάστημα, η φροντίδα για το άτομο που πεθαίνει απαιτεί μεγάλη επένδυση χρόνου, προσπάθειας και συναισθηματικής ενέργειας, που θα οδηγήσουν σε σταδιακή

συναισθηματική αποξένωση, φυσική αδυναμία, συναισθηματική εξασθένιση, φυσικές αντιδράσεις και οικογενειακά προβλήματα. Έτσι γίνεται φανερό ότι η διάρκεια της ασθένειας πριν το θάνατο καθορίζει τον τύπο των προβλημάτων και των δυσκολιών κατά την περίοδο του πένθους (Rando, 1988).

B. Κοινωνικοί παράγοντες .

-Το κοινωνικό σύστημα υποστήριξης του πενθούντος

Κατά τη Rando (1988) αν το κοινωνικό σύστημα που υποστηρίζει τον πενθούντα είναι καλό και η αποδοχή και η βοήθεια των μελών του προς τον πενθούντα είναι εξίσου καλές, τότε ο πενθών θα αντιμετωπίσει τη θλίψη του ευκολότερα και ίσως πιο γρήγορα.

-Το κοινωνικό παραδοσιακό, εθνικό και θρησκευτικό παρελθόν του πενθούντος

Οι παραπάνω παράγοντες, που αναφέρει η Rando (1988) μπορεί να βοηθήσουν ή να εμποδίσουν τη διαδικασία της θλίψης και ακόμη να καθορίσουν το μέγεθος της στήριξης που θα χρειαστεί ο πενθών. Έτσι για μερικές θρησκείες η θλίψη που αισθάνεται κάποιος για το θάνατο ενός προσώπου είναι κατανοητή, ενώ σε κάποιες άλλες λαμβάνεται σαν έλλειψη αρκετής πίστης στο θεό. Επομένως στην πρώτη περίπτωση ενθαρρύνεται η ελεύθερη έκφραση των συναισθημάτων του πενθούντος, πράγμα που σημαίνει και την υγιή έκβαση της διαδικασίας της θλίψης, ενώ στην δεύτερη συμβαίνει το αντίθετο.

-Η εκπαιδευτική, οικονομική και επαγγελματική θέση του πενθούντος

Την περίοδο του πένθους, η έλλειψη εκπαίδευσης, τα χρήματα ή η επαγγελματική κατάσταση του πενθούντος μπορούν να μεγεθύνουν το άγχος και να εντείνουν την κρίσιμη κατάσταση.

Για παράδειγμα λέει η Rando (1988, σελ. 55): «Αν μια γυναίκα είναι αναγκασμένη να συνεχίσει τη δουλειά της αμέσως μετά το θάνατο του συζύγου της, θα είναι καλύτερα προετοιμασμένη, αν έχει ένα καλό μορφωτικό επίπεδο. Ιδιαίτερα σε περιπτώσεις που υπάρχουν υψηλοί λογαριασμοί εξαιτίας νοσοκομειακής περίθαλψης ή εξόδων της επικήδειας διαδικασίας αυτοί οι κοινωνικοί παράγοντες όχι μόνο θα παίζουν σημαντικό ρόλο στη διαδικασία του πένθους, αλλά θα καθορίσουν το ποσό ο πένθων θα αντεπεξέλθει στις δευτερεύουσες κρίσεις».

-Η κηδεία ως λειτουργία

Ο θεραπευτικός χαρακτήρας της κηδείας όχι μόνο προάγει την συνειδητοποίηση και επιβεβαίωση της απώλειας, αλλά βοηθά την έκφραση των συναισθημάτων, ενώ ταυτόχρονα προσφέρει κοινωνική υποστήριξη

Έτσι η συγγραφέας θεωρεί ότι η απουσία της επικήδειας διαδικασίας ή η λανθασμένη χρήση της μπορεί να φανεί επιζήμια όσον αφορά την ομαλή διαδικασία του πένθους (Rando 1988).

-Κοινωνική αναγνώριση του θανάτου

Όταν ο χαμός ενός ατόμου δεν έχει κοινωνική ισχύ, δηλαδή δεν αναγνωρίζεται από την κοινωνία σαν άτομο σημαντικό για να θρηνηθεί, τότε ο πένθων βρίσκεται σε πολύ δύσκολη θέση. Έτσι από τη στιγμή που η απώλεια δεν θεωρείται σημαντική από την κοινωνία, τότε ο πένθων δεν λαμβάνει κοινωνική υποστήριξη, η οποία είναι αναγκαία, για

να αντιμετωπίσει τον πόνο και να ολοκληρώσει την περίοδο του πένθους του για το άτομο που έχασε. Επιπλέον, προσθέτει η Rando (1988), εάν η σχέση πενθούντος και νεκρού δεν ήταν ανοικτά αναγνωρισμένη, πιθανόν ο πενθών να μην έπαιρνε μέρος σε τελετές όπου θα τον βοηθούσαν να εκφράσει τα συναισθήματά του την κατάλληλη στιγμή, πράγμα αναγκαίο για την ομαλή διεργασία του αποχωρισμού.

Γ. Φυσικοί Παράγοντες

- Ναρκωτικά και πρεμιστικά

Αν χρησιμοποιούνται ναρκωτικές ουσίες για να εμποδίσουν τον πενθούντα να βιώσει τον πόνο του και να συνειδητοποιήσει την απώλεια που είναι φυσικό να νιώσει μετά το θάνατο του αγαπημένου του προσώπου, αυτό είναι μη θεραπευτικό για τον πενθούντα.

Παρόλα αυτά όμως προσθέτει η Rando (1988), υπάρχουν περιπτώσεις όπου οι ναρκωτικές ουσίες αποτελούν χρήσιμο εργαλείο, όπως όταν τα πρεμιστικά προτείνονται για την αποφυγή εξάντλησης και αϋπνίας. Ωστόσο όμως τα ναρκωτικά χορηγούνται ανεξαιρέτως, σε μια προσπάθεια βοήθειας για την αποφυγή του πόνου και αυτό τελικά πληγώνει περισσότερο.

- Διατροφή του πενθούντος

Η ανεπαρκής διατροφή εξασθενίζει τον οργανισμό και μειώνει την ικανότητα του πενθούντος να αντιμετωπίσει επιτυχώς την απώλεια.

- Ξεκούραση και ύπνος

Είναι φανερό υποστηρίζει η Rando (1988) ότι η έλλειψη επαρκούς ύπνου και ξεκούρασης μπορεί να δημιουργήσει ψυχική και σωματική εξάντληση, θα συνεισφέρει σε μια σταδιακή αναπτυσσόμενη πιθανή ασθένεια και θα προδιαθέσει τον πενθούντα για συνεχή πόνο. Με τον ίδιο τρόπο ο υπερβολικός ύπνος μειώνει το οξυγόνο που χρειάζεται ο

εγκέφαλος κι αυτό έχει αντίκτυπο στον τρόπο που θα αντιμετωπισθεί η θλίψη.

- Φυσική υγεία του πενθούντος

Η φυσική κατάσταση και η αντανάκλαση του νευρικού συστήματος επηρεάζουν το πως το σώμα θα αντιμετωπίσει τον πόνο και τη θλίψη του πενθούντος. Τα τσιγάρα, η καφεΐνη, το αλκοόλ, τα ποτά και τα φάρμακα που δυσμενώς επηρεάζουν το νευρικό σύστημα, εξασθενούν τον οργανισμό κι έτσι δεν έχει δυνάμεις να αντιμετωπίσει τη θλίψη. (Rando, 1988).

- Φυσική κατάσταση

«Επαρκείς σωματικές ασκήσεις όχι μόνο κρατούν το σώμα σε καλή φυσική κατάσταση αλλά παρέχουν και μια διέξοδο για τα αγχώδη αισθήματα του πόνου. Μειώνουν τα επιθετικά αισθήματα, απαλλάσσουν από την ένταση και το άγχος, ενώ ανακουφίζουν τα μελαγχολικά συναισθήματα.» (Rando 1988, σελ. 56).

Δ. Η σημασία της εξωτερίκευσης της θλίψης

Ο Φάρος (1981) υποστηρίζει ότι η έκφραση της θλίψης είναι αναγκαία, ενώ η μη εξωτερίκευση του πόνου δημιουργεί σοβαρότατη ψυχοπαθολογία για το άτομο και για το κοινωνικό σύνολο.

Η Ross (19796) δίνει μεγάλη έμφαση στην εξωτερίκευση των συναισθημάτων θλίψης τονίζοντας ότι οι θλιμμένοι που πενθούν για κάποιο δικό τους πρόσωπο που έχασαν έχουν μέσα τους μια ζούγκλα συναισθημάτων, που αν δεν τα εκφράσουν, αυτό θα είναι αρκετά επιζήμιο. Έτσι λοιπόν οι πενθούντες θα πρέπει να ενθαρρύνονται να μιλούν, να εκφράζονται ελεύθερα με λόγια, κλάματα, καθώς να ενθαρρύνονται και για συμμετοχή σε τελετουργικές εκδηλώσεις που βοηθούν στην αποβολή των δυσάρεστων συναισθημάτων που νιώθουν. Και καταλήγει η ίδια συγγραφέας ότι η έκφραση της θλίψης εκτονώνει τα συναισθήματα των θλιμμένων και τους προφυλάσσει από μια καθυστερημένη αντίδραση στην περίπτωση που δεν εξέφραζαν ελεύθερα την συναισθηματική τους κατάσταση.

Ο Φάρος (1981) συμπληρώνει ότι η εξωτερίκευση της θλίψης και του πόνου προλαμβάνει την κατάθλιψη που θα επέρχονταν στην περίπτωση εσωτερίκευσης των συναισθημάτων. Ακόμη η εξωτερίκευση του πόνου πληροφορεί τον περίγυρο του πενθούντος για την κατάστασή του κι έτσι δίνεται η ευκαιρία να αισθανθούν και να εκφράσουν τη συμπάθεια και τη συμπαράστασή τους. Η εξωτερίκευση της θλίψης, κατά τον ίδιο συγγραφέα, μπορεί να εξυπηρετήσει ακόμα και ένα κοινωνικό σκοπό,

αφού κάνει το γεγονός του θανάτου ορατό και προπαρασκευάζει τους ανθρώπους για την αντιμετώπιση του θανάτου και του πένθους.

Η Λεσάν (1982) προτρέπει όσους πενθούν να εξωτερικεύσουν τα συναισθήματα τους με όποιο τρόπο διαλέξουν οι ίδιοι και νομίζουν ότι θα τους βοηθήσει, γιατί έτσι θα νιώσουν ανακούφιση.

Κατά την Smith (1982) όσοι αποθαρρύνονται να εξωτερικεύσουν την θλίψη τους είναι δύσκολο να αποδράσουν τόσο από τα συναισθήματα τους που μένουν κρυμμένα όσο και από τη σύνδεση με τον νεκρό τους.

Αναφερόμενη σε συμπεράσματα ειδικών για την εξωτερίκευση της θλίψης η Λεσάν (1982) λέει ότι οι οικογένειες που αντιμετωπίζουν κατά πρόσωπο την απώλεια και εκτονώνουν τα συναισθήματα τους αποσυνδέονται γρηγορότερα από τον θανόντα σε σύγκριση με οικογένειες που προσπαθούν να κρύγουν τα συναισθήματά τους.

Ακόμη ο Φάρος (1981) αναφέρει ότι χήρες που δεν εξωτερίκευσαν τη θλίψη τους έχει βρεθεί ότι στη μετέπειτα πορεία της ζωής τους υπέφεραν από σωματικές δυσκολίες, από αστάθεια και από ψυχικές διαταραχές.

Η Ross (1988) ισχυρίζεται ότι οι επιζώντες θα πρέπει να ζουν έντονα τον πόνο τους και να εκφράζουν με πράξεις τα συναισθήματά τους, έτσι ώστε να συνειδητοποιήσουν την απώλεια, να απαλλαχθούν από τα δύσκολα συναισθήματά τους και να νιώσουν τη συμπαράσταση των οικείων προσώπων που συμμετέχουν στην οδύνη τους. Έτσι η

συγγραφέας, εκφράζει ανησυχία, όταν η θλίψη δεν εξωτερικεύεται ελεύθερα από τον πενθούντα.

Κατά τον Άριες (1988) η μη εξωτερίκευση του θρήνου σπρώχνει τον πενθούντα να ριχτεί στη δουλειά ή τον οδηγεί στα πρόθυρα της τρέλας και τον κάνει να ζει θεωρώντας τον νεκρό ζωντανό, πράγμα που χειροτερεύει το τραύμα που δημιουργεί η απώλεια.

Ε. Ο ρόλος των καταπραϋντικών φαρμάκων στην περίοδο του πένθους

Σύμφωνα με τον Μάνο (1988) τα καταπραϋντικά είναι φάρμακα τα οποία χορηγούνται, για να ανακουφίσουν το άγχος, την ανησυχία, τον εκνευρισμό, την ένταση και την αϋπνία.

Έτσι σε πολλές περιπτώσεις κατά την πένθιμη περίοδο χορηγούνται τέτοιου είδους φαρμακευτικές ουσίες, για να κατευνάσουν τη μεγάλη συναισθηματική ένταση που νιώθουν οι θλιμμένοι. Όταν το άγχος του πενθούντος είναι τόσο έντονο που φθάνει τα όρια του πανικού με καταστρεπτική επίδραση στο εγώ του ατόμου, αφού αναζητεί δραστικά μέτρα στην προσπάθεια του να αποφύγει μια ολοκληρωτική κατάρρευση, τότε τα καταπραϋντικά φάρμακα μπορεί να αποτελέσουν ένα θετικό βήμα στη συνολική διαδικασία του πένθους.

Η Ross (19796), η οποία έχει ίσως την πιο αυθεντική επιστημονική γνώμη σε ότι σχετίζεται με το γεγονός του θανάτου και την περίοδο του πένθους, δηλώνει απερίφραστα ότι οι θλιμμένοι δεν θα πρέπει να παίρνουν καταπραϋντικά φάρμακα, αλλά θα πρέπει να αφήνονται ελεύθεροι να εκτονώνουν τα συναισθήματά τους με τον τρόπο που αυτοί θέλουν.

Για το ίδιο θέμα ο Φάρος (1981), υποστηρίζει ότι η χωρίς διάκριση χρήση ηρεμιστικών, καταπραϋντικών ή άλλων φαρμάκων σαν καθιερωμένη ιατρική πράξη σε κάθε περίπτωση πένθους μπορεί να

αμβλύνει την αιχμή της θλίψης και να εμποδίσει τον πενθούντα να κάνει τα πρώτα βήματα στη διαδικασία της θεραπείας.

Γενικά, αναφέρει η Rando (1988) αν χρησιμοποιούνται φαρμακευτικές ουσίες για να εμποδίσουν τη συνειδητοποίηση του πόνου και της απώλειας, που αμέσως μετά το θάνατο ενός προσώπου είναι φυσικό να νιώσει ο πενθών, αυτό θεωρείται μη θεραπευτικό.

Είναι ανάγκη, συνεχίζει η συγγραφέας, να νιώσει ο πενθών τον πόνο για την απώλεια και να εκφράσει τα συναισθήματά του σε μια χρονική στιγμή, που η κοινωνική υποστήριξη είναι διαθέσιμη. Γιατί αν μετατεθεί ο πόνος για αργότερα, ίσως ο πενθών να αφεθεί να θρηνήσει πλέον μόνος του χωρίς την κοινωνική υποστήριξη που θα είχε την αρχική περίοδο, κατά την έναρξη του πένθους. Παρόλα αυτά, συμπληρώνει η συγγραφέας, σε κάποιες περιπτώσεις η χρήση φαρμάκων είναι αναγκαία για την επανάκτηση ενέργειας που θα είναι απαραίτητη, για να αντιμετωπισθεί επιτυχώς η θλίψη και ο πόνος. Ωστόσο πολύ συχνά, παρατηρεί η συγγραφέας, τα φάρμακα αυτά δίδονται ανεξαιρέτως σε μια προσπάθεια βοήθειας για την αποφυγή του πόνου, ενώ τελικά αυτό είναι επιζήμιο και πληγώνει τον πενθούντα.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ VII

ΕΘΙΜΑ ΚΑΙ ΤΕΛΕΤΕΣ ΣΤΗΝ ΠΕΡΙΟΔΟ ΤΟΥ ΠΕΝΘΟΥΣ

Α. Οι θεραπευτικοί στόχοι των εθίμων και τελετών στην ομαλή διεργασία του αποχωρισμού

Σημαντικοί παράγοντες που βοηθούν την εξωτερίκευση της θλίψης και την ολοκλήρωση της πένθιμης διαδικασίας είναι οι αξίες της κοινωνίας, οι πολιτισμικές και θρησκευτικές παραδόσεις, τα ήθη και τα έθιμα.

Σε όλες τις ανθρώπινες κοινωνίες υπάρχει ένα σύστημα συμβόλων, που στηρίζει τους ανθρώπους που περνούν κάποια κρίση στη ζωή τους. Ιδιαίτερα σε κοινωνίες με έντονη θρησκευτικότητα έχει αναπτυχθεί ένα σύστημα ιεροτελεστιών που βοηθά άτομα που πενθούν να βιώσουν τη θλίψη τους και να την εξωτερικεύσουν με διάφορους τρόπους.

Στον ελλαδικό χώρο, αν και πολλά από τα έθιμα και τις τελετές που χρησιμοποιούνται γι' αυτό το σκοπό τείνουν να εκλείψουν, διατηρούνται αρκετά ήδη εθίμων και τελετών, που τα συναντάμε κυρίως στην επαρχία. Έτσι ο λαός μας βαθιά πονεμένος από τη δύσκολη στιγμή του αποχωρισμού θρηνεί πλάθοντας ένα σωρό από λατρευτικές ιεροτελεστιές, που θα τον βοηθήσουν να ξεπεράσει τον πόνο πουιώθει. Κρίνεται λοιπόν σκόπιμο, μιας και τα μέσα αυτά αντιμετωπίζονται με σεβασμό από τη σύγχρονη ψυχολογία και τη θανατολογία, στο σημείο αυτό να αναφερθεί η θεραπευτική αξία του καθενός από τα έθιμα που διατηρούνται και στον ελλαδικό χώρο.

B. Το μοιρολόγι και η θεραπευτική του αξία

Όπως είναι γνωστό τα μοιρολόγια είναι άσματα θρηνητικά επιθανάτια, τα οποία μπορεί να είναι αυτοσχέδια ή συνήθως καθιερωμένα τραγούδια τοπικά ή με πανελλήνια διάδοση. Λέγονται στο σπίτι του νεκρού, όταν αναγγελθεί ο θάνατος και αναφέρονται στα Τάρταρα, στο σκοτεινό κάτω κόσμο και στην ασπλαχνία του χάρου, ενώ πολλές φορές παίρνουν τη μορφή συνομιλίας με τον νεκρό ή παρουσιάζουν τον νεκρό να μιλάει σε πρώτο πρόσωπο απευθυνόμενος στους ζωντανούς δίνοντάς τους οδηγίες και συμβουλές.

Τα επιθανάτια αυτά τραγούδια έχουν τις ρίζες τους στην αρχαιότητα, που είναι γνωστός ο ρόλος των μοιρολογιστών όπου με πληρωμή αναλάμβαναν το μοιρολόγημα του νεκρού. Έτσι η παράδοση του μοιρολογιού είναι ήδη διαμορφωμένη στους ομηρικούς χρόνους και συνεχίζεται αδιάκοπα, χωρίς ουσιαστικές μεταβολές διαμέσου της αρχαιότητας, των μεσαιωνικών χρόνων και της Τουρκοκρατίας και φθάνει μέχρι την εποχή μας. Είναι γνωστά τα μοιρολόγια της Μάνης, της Σύμης και της Κεφαλονιάς, τα οποία διατηρούνται και μέχρι και σήμερα (Φάρος, 1981).

Η Κυριακίδου (1965) αναφέρει ότι το μοιρολόγι αποτελεί ένα στοιχείο της παράδοσης της Ρωμιοσύνης με ιδιαίτερη σημασία στην εξέλιξη της καλλιτεχνικής ζωής και θεωρείται από τα καλύτερα ποιοτικά προϊόντα της Ελληνικής Μούσας (Βασιλειάδης, 1986).

Με τα μοιρολόγια οι θλιμμένοι δρηνούν για τη σκληρή γι' αυτούς απώλεια του αγαπημένου τους προσώπου εκφράζοντας δραματικά και με πάθος τον απερίγραπτο πόνο τους.

Κατά την Πετραλιά (1980) το μοιρολόγι είναι ένα μοναδικό συναισθηματικό ζέσπασμα.

Συμφωνώντας με την άποψη αυτή ο Φάρος (1981) αναφέρει χαρακτηριστικά ότι τα μοιρολόγια ενεργούν στον θλιμμένο όπως το εμετικό σε εκείνον που έχει στο στομάχι του δηλητηριασμένη τροφή. Όπως λοιπόν το εμετικό προκαλεί εμετό και απαλλάσσει τον οργανισμό από τη δηλητηρίαση, έτσι και το μοιρολόγι οξύνει το συναίσθημα και διευκολύνει την εξωτερική του πράγμα που εκτονώνει ψυχολογικά. Συνεχίζοντας, ο συγγραφέας λέει ότι η εκτόνωση, όπως και ο εμετός, είναι οδυνηρά και ανεπιθύμητα, αλλά η δηλητηρίαση του οργανισμού και η μεταβολή της θλίψης σε νευρωτικά και σοβαρότερα συμπτώματα είναι ακόμη πιο οδυνηρή. Έτσι κατά τον Φάρο (1981) το μοιρολόγι είναι πιο αποτελεσματική διεργασία στη θλίψη από εκείνη της ψυχοθεραπείας για τους λόγους ότι είναι συγκριτικά φθηνότερη, ταχύτερη και ενεργεί προληπτικά και όχι κατασταλτικά. Δεν θεραπεύει μια ήδη υπάρχουσα παθολογία, αλλά προλαμβάνει την ανάπτυξη μιας παθολογικής κατάστασης.

Από τα παραπάνω λοιπόν γίνεται φανερό το νόημα και η θεραπευτική αξία του μοιρολογίου, ενός εθίμου όπου στην εποχή μας τείνει να δυσιαστεί στο βωμό της σύγχρονης ζωής.

Γ. Η φύλαξη του νεκρού πριν την επικήδεια τελετή στην οικία του

Είναι παράδοση του λαού μας η φύλαξη του νεκρού στο σπίτι του καθ' όλη τη διάρκεια μιας νύχτας πριν την τέλεση της επικήδειας τελετής. Είναι έθιμο παλιό, ενώ στη σημερινή εποχή τείνει και αυτό να εκλείψει. Ειδικά στις μεγάλες πόλεις έχει σχεδόν καταργηθεί, αφού ο νεκρός από το θάλαμο του νοσοκομείου μεταφέρεται αμέσως στο χώρο της ταφής του. Σε αρκετά χωριά όμως στην επαρχία το έθιμο αυτό τηρείται με ευλάβεια και σεβασμό. Όλοι λοιπόν, συγγενείς και φίλοι παραμένουν άγρυπνοι όλη τη νύχτα γύρω από τον νεκρό, μιλούν γι' αυτόν, μοιρολογούν, συζητούν μεταξύ τους, δίνει κουράγιο ο ένας του άλλου, ενώ κάθονται με βλέμματα στραμμένα προς τη σωρό του νεκρού.

Ο Φάρος (1981, σελ. 187) αναφερόμενος στο συγκεκριμένο έθιμο υποστηρίζει ότι: «Η ψυχολογική και ψυχιατρική έρευνα, καθώς και η κλινική πείρα έχουν καταλήξει στο συμπέρασμα ότι ο νεκρός αν δεν ταφεί ψυχολογικά καλά, βρυκολακιάζει και βασανίζει τους ζωντανούς».

Η πρόθεση του νεκρού βοηθά τους συγγενείς και φίλους να πιστοποιήσουν και να δεχτούν την απουσία του αγαπημένου τους προσώπου. Βλέποντάς τον να κείτεται νεκρός θυμούνται και αναπολούν εμπειρίες με τον νεκρό, τότε που ήταν στη ζωή γεμάτος ενέργεια και ζωντάνια και έτσι καταλαβαίνουν τη διαφορά όταν τον βλέπουν τώρα να παραμένει ακίνητος και ασυγκίνητος σε ότι συμβαίνει.

Εκτός όμως από τον σκοπό αυτό, συμπληρώνει ο Φάρος (1981) η πρόθεση του νεκρού έχει ως βαθύτερο κίνητρο την ανάγκη εξιλέωσης του πενθούντος που την γεννούν συναισθήματα ενοχής για τον νεκρό. Οι πενθούντες επηρεασμένοι από τα αισθήματα ενοχής τους προς τον νεκρό, προσπαθούν να κάνουν ότι καλύτερο γι' αυτόν, έτσι ώστε να απαλλαχθούν από το συναίσθημα αυτό που τους βασανίζει. Έτσι το έδιμο αυτό λειτουργεί ως μέσο απώθησης του βασανιστικού συναισθήματος της ενοχής που νιώθουν οι πενθούντες.

Η Ross (1979b, σελ. 108) όμως αναφέρει ότι: «Η σύγχρονη εμπορική και επιδεικτική μορφή που έχει πάρει το έδιμο αυτό, με την εξεζητημένη και δαπανηρή επίδειξη, με το φτιασίδιμα του νεκρού ενισχύει την πεποίθηση πως ο νεκρός κοιμάται με αποτέλεσμα να παρατείνεται με αυτόν τον τρόπο το στάδιο της άρνησης του γεγονότος».

Δ. Η προετοιμασία του νεκρού και η θεραπευτική της αξία

Η προπαρασκευή του σώματος του νεκρού για την ταφή ακολουθεί μια ιεροτελεστία, στην οποία λαμβάνουν μέρος οι στενοί συγγενείς και φίλοι του νεκρού. Το σώμα του νεκρού, αφού πλυθεί, ντύνεται με καινούργια ρούχα και στολίζεται με λουλούδια. Οι συγγενείς που λαμβάνουν μέρος στην όλη διαδικασία έχουν την ευκαιρία να ετοιμάσουν και να φροντίσουν τον νεκρό τους για τελευταία φορά. Έρχονται σε επαφή με το άγυχο σώμα, μοιρολογούν, ζεσπών σε λυγμούς, ενώ ταυτόχρονα προσπαθούν να φροντίσουν όσο καλύτερα γίνεται τον νεκρό τους για το τελευταίο του ταξίδι (Βασιλειάδης, 1986).

Σύμφωνα με τη Ross (1988) η προετοιμασία αυτή που γίνεται στον νεκρό λίγο πριν την ταφή του, έχει τεράστια θεραπευτική αξία, γιατί βοηθάει στην αναγκαία προεργασία του πενθούντος για το ξεκίνημα της πένθιμης διαδικασίας.

Ε. Η θεραπευτική αξία της νεκρώσιμης ακολουθίας

Η νεκρώσιμη ή αλλιώς επικήδεια ακολουθία είναι μια τελετή, που η Χριστιανική πίστη και η λαϊκή παράδοσή της αποδίδουν μεγάλο νόημα και τυγχάνει μεγάλου σεβασμού και ευλάβειας από όλους τους πιστούς.

Κατά τη Ross (1979) η επικήδεια ακολουθία αποβλέπει στην ικανοποίηση των οικείων και όχι του νεκρού. Σύμφωνα με τον Spiegel (1971) η επικήδεια ακολουθία είναι μια εκφραστική ενέργεια που βοηθά την κινητοποίηση της διαδικασίας της θλίψης αφού είναι ένα μέσο έκφρασης των συναισθημάτων του αποχωρισμού (Φάρος, 1981).

Ο Φάρος (1981) αναφέρει ότι η εξωτερίκευση των συναισθημάτων είναι μια υγιής κάθαρση, η οποία απελευθερώνει τα κρυφά συναισθήματα που βρίσκονται στο εσωτερικό του ατόμου που πενθεί. Έτσι η επικήδεια ακολουθία παροτρύνει την έκφραση των συναισθημάτων του πενθούντος, πιστοποιεί την απώλεια του προσώπου και έτσι βοηδιέται το άτομο που πενθεί να αποδεχθεί το γεγονός του θανάτου. Η κηδεία είναι μια ιεροτελεστία η οποία προϋποθέτει τη συμμετοχή της κοινότητας. Δίνεται λοιπόν με τον τρόπο αυτό η ευκαιρία στην κοινότητα να εκφράσει την αγάπη, το ενδιαφέρον και τη συμπάραση για ένα μέλος της που περνάει μια ιδιαίτερη κρίση τη χρονική αυτή στιγμή της ζωής του.

Σύμφωνα με τον Iriou P. (1956): «Η συμμετοχή της ομάδας σαν ένδειξη κοινωνικής αλληλεγγύης είναι πηγή υποστήριξης και δύναμης για το θλιμμένο άτομο. Ο πενθών έχοντας την αίσθηση ότι τα

συναισθήματα του μοιράζονται και άλλα άτομα από το κοινωνικό του περιβάλλον, νιώθει ανακούφιση και διαβεβαίωση ότι υπάρχουν κάποιοι που συμπάσχουν μαζί του στη δύσκολη αυτή στιγμή του» (Ross, 1988, σελ. 99).

Κατά τον Φάρο (1981) τρία στοιχεία της επικήδειας ακολουθίας έχουν αποφασιστική σημασία για την ομαλή διεργασία του αποχωρισμού: Η επικήδεια ομιλία, ο τελευταίος ασπασμός και ο ενταφιασμός του νεκρού.

-Επικήδεια ομιλία

Αποτελεί παράδοση στον ελλαδικό χώρο να εκφωνείται επικήδειος λόγος κατά τη διάρκεια της νεκρώσιμης ακολουθίας. Τον επικήδειο αυτό λόγο τον εκφωνεί συνήθως ο ιερέας ή κάποιος στενός φίλος ή συγγενείς του νεκρού. Η ομιλία αυτή αναφέρεται στη ζωή του νεκρού, στις δραστηριότητές του, στην προσφορά του στην κοινωνία ενώ γίνεται λόγος και για τα συναισθήματα των ατόμων που πενθούν.

Με τον επικήδειο λόγο, παρατηρεί ο Φάρος (1981) αναγνωρίζεται η θλίψη και ο πόνος των οικείων προσώπων του νεκρού και ικανοποιείται η ανάγκη των πενθούντων να ακούσουν από το στόμα κάποιου ότι τα συναισθήματά τους για την απώλεια είναι φυσικά και αποδεκτά από το κοινωνικό σύνολο. Έτσι η αναγνώριση αυτή των συναισθημάτων επιβεβαιώνει τη γνησιότητα τους.

Με την αναφορά της επικήδειας ομιλίας στη ζωή και τις δραστηριότητες του νεκρού, κατά τον ίδιο συγγραφέα, δίνεται η δυνατότητα στους πενθούντες να αναπολήσουν αναμνήσεις από τη ζωή

τους με τον νεκρό και να συνειδητοποιήσουν έτσι την απώλεια του προσώπου.

Τέλος, δίνοντας μέσα από την επικήδεια αυτή ομιλία κουράγιο και ενδείξεις για ελπίδα ενισχύονται οι πενθούντες να φανούν θαρραλέοι γεμάτοι δύναμη και αν αντιμετωπίσουν ομαλά την απώλεια.

-Ο τελευταίος ασπασμός

Η πράξη του τελευταίου ασπασμού πιστοποιεί την τελευταία επαφή του πενθούντος με το σώμα του νεκρού. Καλούντα, λοιπόν με το έθιμο αυτό όλοι οι συγγενείς και οι φίλοι που παραβρίσκονται στην επικήδεια τελετή να αποχαιρετήσουν έμπρακτα τον νεκρό. Οι πενθούντες πλέον συνειδητοποιούν ότι αποχωρίζονται το νεκρό και ότι η επαφή αυτή θα είναι η τελευταία. Παίρνοντας λοιπόν δύναμη και κουράγιο πλησιάζουν τον νεκρό τους και αφού τον προσκυνήσουν τον ασπάζονται για τελευταία φορά. Αυτή η πράξη συνήθως βοηθάει τόσο στην αποδοχή όσο και στην αναγνώριση της απώλειας (Βασιλειάδης, 1986).

Όπως παρατηρεί ο Φάρος (1981) ο τελευταίος ασπασμός δίνει την ευκαιρία στο θλιμμένο άτομο να αποχαιρετήσει για πάντα τον αγαπημένο του νεκρό με τις καλύτερες δυνατές συνθήκες. Η πράξη αυτή γίνεται μέσα στην κοινότητα των ανθρώπων που περιβάλλουν τον πενθούντα και σε ένα χώρο που δηλώνεται η ενότητα των πιστών.

-Ο ενταφιασμός του νεκρού

Εξίσου αποφασιστικής σημασίας για την ομαλή διεργασία του αποχωρισμού, στα πλαίσια της επικήδειας ακολουθίας, είναι και η

διαδικασία του ενταφιασμού του νεκρού. Ο Spiegel (1971) υποστηρίζει ότι με το κλείσιμο του φέρετρου στον τάφο φανερώνεται ο δρόμος του αποχωρισμού. Για το ίδιο θέμα ο Φάρος (1981, σελ. 108) αναφέρει: «Η ταφή του νεκρού στην οποία συμμετέχει ο πενθών, ρίχνοντας με την παλάμη του λίγο χώμα πάνω του, μαλακώνει τον πόνο του χωρισμού, γιατί ο θλιμμένος κάνει μια πράξη που εκφράζει την αγάπη του, το ενδιαφέρον και τη φροντίδα για τον νεκρό, μια πράξη στοργής όπου θα τον ανακουφίσει».

Κατά τη Ross (1988) μια απλοϊκή τελετή επικήδειας ακολουθίας είναι πάντα αναγκαία, γιατί βοηθάει ανοικτά και δημόσια στο αντίκρισμα της πραγματικότητας, στο ξανασιμίζιμο των συγγενών και φίλων και στην κοινή αναπόληση του ονείρου. Ειδικά, υποστηρίζει, όταν πρόκειται για καταστάσεις ξαφνικού και απροσδόκητου θανάτου ή για θανάτους παιδιών ή ακόμη και για αναμενόμενους θανάτους που δεν δόθηκε η ευκαιρία για να προπαρασκευαστούν οι θλιμμένοι με το πένθος, θα πρέπει να υπάρχει συμμετοχή των πενθούντων στην επικήδεια τελετή, για να μπορέσουν να συνειδητοποιήσουν την απώλεια, να δώσουν διέξοδο στα δυσάρεστα συναισθήματά τους και να νιώσουν τη συμπαράσταση των γύρω ανθρώπων της κοινότητας. Η εξεζητημένη όμως και αχρείαστη επισημότητα της σημερινής επικήδειας τελετής με όλες τις εμπορικές της όψεις όχι μόνο παρατείνει την αγωνία της οικογένειας, αλλά επιπλέον ενισχύει την πεποίθηση πως ο άνθρωπος τους απλώς κοιμάται, με αποτέλεσμα να παρατείνεται το στάδιο της άρνησης, πράγμα που θεωρείται επιζήμιο για την ομαλή διεργασία του αποχωρισμού.

ΣΤ. Η θεραπευτική αξία των συλλυπητηρίων

Όταν πεθαίνει κάποιος συνηδίζεται οι συγγενείς, φίλοι και γνωστοί να επισκέπτονται τους οικείους του νεκρού και να απευδύνουν τα συλλυπητήρια τους.

Όπως αναφέρει η Ross (19798) το έθιμο αυτό έχει μεγάλη θεραπευτική αξία. Οι άνθρωποι που επισκέπτονται το σπίτι του νεκρού, για να απευδύνουν τα συλλυπητήρια τους, δίνουν την ευκαιρία στον πενθούντα κάθε φορά να συζητήσει την περιπέτεια του. Ο επισκέπτης, ακούγοντας και μόνο τον πενθούντα τον βοηθά να εξωτερικεύσει το έντονο ψυχολογικό βάρος και στεναχώρια που αισθάνεται μέσα του. Ακόμη η κοσμοσυρροή στο σπίτι του θλιμμένου, η οποία έχει σαν στόχο τη στήριξή του στη δύσκολη αυτή στιγμή, κάνει το άτομο που πενθεί να νιώσει έντονα την κοινωνική αλληλεγγύη, πράγμα που το ανακουφίζει και το βοηθάει ιδιαίτερα, για να δει με αισιοδοξία το μέλλον.

Ζ. Ο νεκρικός δείπνος και η χρησιμότητά του

Ο νεκρικός δείπνος είναι ένα από τα έθιμα που ακολουθεί μετά το τέλος της επικήδειας τελετής. Όταν οι συγγενείς του νεκρού γυρίσουν από το χώρο του ενταφιασμού του νεκρού τους βρίσκουν να τους περιμένει το γεύμα της παρηγοριάς, όπως λαϊκά αναφέρεται που το ετοιμάζουν κάποιοι συγγενείς ή φίλοι. Εκεί λοιπόν, στο γεύμα αυτό παραβρίσκονται οι πιο στενοί συγγενείς του νεκρού που πενθούν. Η Ross (1988) δίνει μεγάλη έμφαση στη θεραπευτική αξία αυτού του εθίμου. Υποστηρίζει λοιπόν ότι το γεύμα αυτό της παρηγοριάς εξυπηρετεί τους παρακάτω τρεις βασικούς σκοπούς:

1. Είναι ένα αόρατο σημάδι της κοινοτικής αλληλεγγύης, το οποίο διαβεβαιώνει το άτομο που πενθεί ότι δεν είναι μόνο του
2. Με το γεύμα αυτό της «αγάπης» η κοινότητα προσπαθεί να επαναφέρει τον πενθούντα στο μονοπάτι της ζωής
3. Δίνει τη δυνατότητα στον θλιμμένο να αναγνωρίσει ότι η ζωή του πρέπει να συνεχιστεί παρόλη την αίσθηση του - εξαιτίας του γεγονότος του θανάτου - ότι έχει τελειώσει.

Η. Η πένθιμη ενδυμασία και η θεραπευτική της αξία

Η μαύρη περιβολή των γυναικών και το μαύρο περιβραχιόνιο των ανδρών αποτελούν την πένθιμη ενδυμασία στην περίπτωση του θανάτου. Αν και το έδιμο της πένθιμης αμφίεση έχει τροποποιηθεί, εξακολουθούν τα σκούρα χρώματα να θεωρούνται τα καταλληλότερα για την πένθιμη περίοδο, αφού αντικατοπτρίζουν την ψυχολογική κατάσταση του πενθούντος.

Σύμφωνα με το Φάρο (1981) το πένθιμο ρούχο είναι ένα σημάδι, με το οποίο φανερώνεται ότι ο άνθρωπος πενθεί, και έχει μεγάλη θεραπευτική αξία. Ακόμη δείχνει το στάδιο της πένθιμης περιόδου, στο οποίο βρίσκεται ο πενθών.

Έτσι εξυπηρετεί δύο σκοπούς:

1. Είναι μια δημόσια γνωστοποίηση του πένθους
2. Επαναπροσανατολίζει τον πενθούντα μετά την απώλεια που έχει υποστεί

Όπως παρατηρεί ο ίδιος συγγραφέας, από τη μία η πένθιμη ενδυμασία επιτρέπει στον θλιμμένο να αναγνωρίσει επίσημα το θάνατο, ενώ από την άλλη η πένθιμη ενδυμασία επιτρέπει στον πενθούντα να επιβεβαιώσει τη συνεχιζόμενη σημασία του νεκρού. Ένα άλλο στοιχείο του εξωτερικού αυτού συμβόλου πένθους είναι ότι βάζει συγκεκριμένο χρονικό όριο στη διαδικασία του πένθους, όπου η κοινωνία, μετά από

κάποια χρονική στιγμή, υποχρεώνει το θλιμμένο να επιστρέψει στην κανονική ζωή. Ακόμη ο πενθών με τον τρόπο αυτό αισθανόμενος ότι έχει ξεπεράσει το πένθος του, μπορεί να αποβάλει μόνος του την εξωτερική ένδειξη ότι πενθεί.

Τέλος, συμπληρώνοντας ο Φάρος (1981) αναφέρει ότι στην σημερινή ελληνική κοινωνία η πένθιμη ενδυμασία τείνει να εγκαταλειφθεί ως μέσω έκφρασης της θλίψης πράγμα που οι Δυτικοί θανατολόγοι το θεωρούν ανησυχητικό για την ομαλή διεργασία του αποχωρισμού.

Θ. Τα μνημόσυνα και η χρησιμότητά τους στην ομαλή διεργασία του αποχωρισμού

Η ορθόδοξη χριστιανική εκκλησία έχει καθιερώσει ειδικές τελετές οι οποίες γίνονται μετά το θάνατο του πιστού σε τακτά χρονικά διαστήματα. Τα μνημόσυνα, όπως λέγονται, ακολουθούν μια συγκεκριμένη τακτική. Αρχικά μετά το θάνατο του ατόμου το χρονικό διάστημα από το ένα στο άλλο μνημόσυνο είναι μικρό, ενώ προοδευτικά μεγαλώνει.

Όπως αναφέρει ο Φάρος (1981) αυτό δεν είναι τυχαίο γεγονός. Τα μνημόσυνα αποτελούν κατευθυντήρια γραμμή στη διαδικασία της διεργασίας του πένθους. Αρχικά, όπου ο πενθών νιώθει έντονα την ανάγκη επαφής με το αγαπημένο του πρόσωπο, οι τελετές αυτές γίνονται συχνά, ενώ με την πάροδο του χρόνου γίνονται πιο αραιά, αφού επιτυγχάνεται σταδιακά η αποσύνδεση του πενθούντος από τον νεκρό.

Έτσι οι επιμνημόσυνες αυτές τελετές ικανοποιούν:

- Την ανάγκη επικοινωνίας του πενθούντος με τον νεκρό
- Την ανάγκη του πενθούντος να κάνει πράγματα για το νεκρό πρόσωπο
- Το αίσθημα ελεημοσύνης για τον νεκρό
- Το αίσθημα ενοχής που νιώθει ο πενθών

Ενώ ταυτόχρονα διευκολύνουν την αλλαγή σχέσης και μετριάζουν την ένταση του πένθους.

Ι. Η διατήρηση νεκρικών κτισμάτων ως μέσο θεραπευτικό για τον πενθούντα

Με τον θάνατο, όπως είναι φανερό, δεν καταργείται αυτόματα η σχέση και η ανάγκη επικοινωνίας του πενθούντος με τον νεκρό. Ο νεκρός, ως ανάμνηση μένει πάντα στη μνήμη και τη δύμηση των δικών του ανθρώπων.

Από την εποχή που υπάρχει οποιαδήποτε ιστορική πληροφορία για το Ελληνικό έθνος είναι γνωστό ότι οι τάφοι των νεκρών έγιναν κατά καιρούς αντικείμενο πολλών φροντίδων και σεβασμού. Ακόμη η προστασία των τάφων των προγόνων μας μπορούσε να γίνει αφορμή πολέμων και μεγάλων δυσιών.

Κατά τον Παπαμιχαήλ Γ. (1912, σελ. 26): «ο τάφος αποτελεί τον ορατό συνδετικό κρίκο του δεσμού μεταξύ του νεκρού και των επιζώντων προσφιλών προσώπων του». Επίσης και ο Φάρος (1981) υποστηρίζει ότι ο χώρος του τάφου είναι ο χώρος εκείνος που ο πενθών βρίσκει παρηγοριά. Δίνει μεγάλη παρηγοριά στο θλιμμένο άτομο, προσθέτει ο συγγραφέας, η δυνατότητα να επισκεφθεί το τάφο να τον περιποιηθεί να τον τιμήσει, να κλάψει και να συνομιλήσει με τον νεκρό.

ΙΑ. Η χρησιμότητα των νεκρικών εθίμων και τελετών

Από την ανάλυση που προηγήθηκε γίνεται φανερό ότι τα νεκρικά έθιμα και οι τελετές αποβλέπουν, εκτός από τη θρησκευτική τους συμβολή, στο να διευκολύνουν το ζέσπασμα της θλίψης και όλων των άλλων οδυνηρών συναισθημάτων και να δώσουν την ευκαιρία στους πενθούντες και στην ευρύτερη κοινωνική ομάδα να αναπτύξουν αλληλεγγύη.

Είναι ακόμη εμφανές ότι η εθιμική έκφραση των συναισθημάτων έχει σχεδιαστεί, έτσι ώστε να μην οδηγεί σε απόγνωση και αποχωρισμό από την κοινότητα, αλλά μάλλον να νομιμοποιεί και να κάνει ευκολότερη την επιστροφή και την επανατοποθέτηση του πενθούντος στο κοινωνικό σύνολο.

Ο Φάρος (1981, σελ. 196) αναφέρει: «Το σύστημα αντιμετώπισης του πένθους που δημιούργησε η πολιτιστική μας παράδοση θεωρείται το ιδεώδες που ονειρεύεται η σύγχρονη θανατολογική έρευνα». Τα σχετικά με το πένθος έθιμα και τελετές, υποστηρίζει η σύγχρονη θανατολογία, μπορούν να βοηθήσουν τους θλιμμένους πολύ περισσότερο από τις παρεμβάσεις των εκπροσώπων των ανθρωπιστικών επαγγελμάτων.

Δυστυχώς όμως σήμερα πολλά από τα έθιμα αυτά και τις τελετές τείνουν να εκλείβουν. Ειδικά στα μεγάλα αστικά κέντρα αρκετές συνήθειες έχουν εξαφανισθεί ή έχουν αφευθεί στο περιθώριο, σε μια

προσπάθεια πολιτικοποίησης του ελλαδικού χώρου και υιοθέτησης δυτικών προτύπων συμπεριφοράς.

Για το θέμα αυτό ο Φάρος (1981, σελ. 240) επισημαίνει: «Όταν γνωρίσει κανείς τα σύγχρονα θανατολογικά συμπεράσματα για τη θλίψη, το πένθος και τα νεκρικά έθιμα, δεν μπορεί να μην αισθανθεί θλίψη και ντροπή για τον απαρχαιωμένο εκσυγχρονισμό του επιχειρηματία που επιχειρείται».

Συμπερασματικά όλα τα παραπάνω ενισχύουν τη συμβολή όλων των νεκρικών τελετών και εθίμων στην ομαλή διεργασία του θρήνου ενός ατόμου, που αντιμετωπίζει την απώλεια ενός αγαπημένου του προσώπου.

ΤΟ ΞΕΠΕΡΑΣΜΑ ΤΗΣ . ΚΡΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΠΕΝΘΟΥΝΤΑ

Σύμφωνα με τον Lindermann (1984) κάθε άνθρωπος που περνά μια κρίση λόγω πένθους θα πρέπει να κατορθώσει τα εξής:

- α) Να παραδεχθεί τον πόνο που του δημιούργησε η απώλεια.
- β) Να επανεξετάσει τη σχέση του με το πρόσωπο που έχασε.
- γ) Να εξοικειωθεί με τις εναλλαγές στη μορφή και στον πόνο των συναισθηματικών του εκφορτίσεων.
- δ) Να βρει ένα παραδεκτό σχήμα της σχέσης που θα έχει στο μέλλον με το πρόσωπο που έχασε.
- ε) Να εκφράσει λύπη για την απώλεια.
- στ) Να εκφράσει με λόγια τα συναισθήματα ενοχής και
- ζ) Να βρει πρόσωπα γύρω του που θα τα χρησιμοποιήσει σαν πρότυπα, για να αποκτήσει καινούργιους τρόπους συμπεριφοράς.

Κατά τη Smith (1982) επίσης οι πενθούντες θα πρέπει μετά την απώλεια:

- α) Να αναγνωρίσουν την πραγματικότητα της απώλειας
- β) Να αποδεχθούν την πραγματικότητα
- γ) Να απομακρυνθούν από τον νεκρό
- δ) Να αντιμετωπίσουν την αναστάτωση και

ε) Να αναπτύξουν νέες σχέσεις ή να δημιουργήσουν νέα νοήματα

Από την ανάλυση του θέματος του πένθους, φαίνεται ότι η κατάσταση του πένθους είναι πολύ κρίσιμη για όσους την αντιμετωπίζουν, αφού περνούν μια περίοδο όπου είναι εκτεθειμένοι συναισθηματικά σε πολλούς επηρεασμούς της ψυχολογίας τους. Έτσι η κρίσιμη περίοδος του πένθους μπορεί, σύμφωνα με όσα μελετήθηκαν να προκαλέσει μεγάλη υπέρταση, συναισθηματική κατάθλιψη και απόγνωση με σοβαρές συνέπειες στην ομαλή διεργασία του αποχωρισμού.

Για την ομαλή έκβαση της διεργασίας του πένθους απαραίτητη είναι η στήριξη και η βοήθεια του πενθούντος από κάποια πρόσωπα. Ακόμη κατά τη διάρκεια της πένθιμης περιόδου μπορεί να παρουσιασθούν κάποια παθολογικά συμπτώματα τα οποία απαιτούν την άμεση παρέμβαση ειδικού επαγγελματία.

Κρίνεται λοιπόν αναγκαίο στο σημείο αυτό να γίνει αναφορά στη βοήθεια που προσφέρεται στον πενθούντα. Αρχικά θα γίνει μια σχετική αναφορά στους φυσικούς συμπαραστάτες του πενθούντος, που μπορεί να είναι συγγενείς ή φίλοι, ενώ στη συνέχεια γίνεται προσπάθεια να αναφερθεί η βοήθεια του ειδικού επαγγελματία ο οποίος ασχολείται με τη θλίψη και το πένθος στην περίπτωση του θανάτου.

A. Η συμβολή των φυσικών προσώπων στην στήριξη του πενθύντος και στη χάραξη νέας πορείας στη ζωή του

Είναι φανερό ότι οι θλιμμένοι την περίοδο του πένθους νιώθουν έντονα την ανάγκη της φυσικής παρουσίας κάποιων οικείων προσώπων τους. Στη δύσκολη αυτή στιγμή της ζωής τους χρειάζονται κάποιον να τους σταθεί, να τους παρηγορήσει και να τους κρατήσει το χέρι, να τους κάνει να αισθανθούν ότι έχουν μια δέση στη ζωή του, να τους εκφράσουν ανεμπόδιστα τα συναισθήματά τους.

Συχνά οι φυσικοί συμπαραστάτες, συγγενείς και φίλοι του πενθύντος, είναι τα πρόσωπα εκείνα που βρίσκονται παρόντα από την αρχή του πένθους, με την αναγγελία του θανάτου μέχρι και την ολοκλήρωσή του.

Σύμφωνα με τη Smith (1982) είναι μεγάλη η ικανοποίηση που νιώθουν οι πενθύντες, όταν έχουν υποστήριξη από συγγενείς και στενούς φίλους, όταν τους βοηθούν να διεκπεραιώσουν πρακτικές συμφωνίες και όταν αγκαλιάζονται συναισθηματικά από αυτούς. Πρόσωπα του οικογενειακού ή φιλικού περιβάλλοντος του πενθύντος, τα οποία είχαν τουλάχιστον μια εμπειρία πένθους έχει βρεθεί ότι είναι πολύ ικανά στο να δώσουν κουράγιο και ελπίδα στον πενθύντα.

Ο Silverman (1970) κάνει αναφορά σε ένα πρόγραμμα όπου γυναίκες οι οποίες είχαν χάσει το σύζυγό τους τρία χρόνια νωρίτερα, στρατολογήθηκαν να δουλέγουν με γυναίκα που πρόσφατα έγιναν χήρες. Στην θεραπευτική ομάδα αυτού του προγράμματος γίνονταν συζήτηση για τα προβλήματα που αντιμετώπιζαν οι πρόσφατες χήρες

από τις γυναίκες εκείνες που είχαν μια προηγούμενη εμπειρία. Το αποτέλεσμα από το πρόγραμμα αυτό ήταν πολύ θετικά για τις πρόσφατα πενθούσες. Βοηθήθηκαν να αποδεχθούν την απώλεια πολύ νωρίς, ενώ ανέπτυξαν νέες σχέσεις εύκολα και χωρίς να νιώθουν τύψεις ή να νιώθουν συναισθήματα ενοχής (Smith, 1982).

Είναι απαραίτητο, υποστηρίζει ο Φάρος (1981), να υπάρχουν άνθρωποι, φίλοι ή στενοί συγγενείς που θα συμμετέχουν στη θλίψη του πενθούντος. Είναι βασικό να υπάρξει κάποιος που θα τον εμψυχώσει και θα τον βοηθήσει να αντιμετωπίσει το μέλλον με αισιοδοξία. Σε σχετικές έρευνες έχει διαπιστωθεί, ότι τα άτομα που το πένθος τους είχε κακή έκβαση αισθάνθηκαν κάποια χρονική στιγμή ότι τους έλειπε η συμπαράσταση από κάποιο κοντινό πρόσωπο. Παρ' όλα αυτά όμως, αναφέρει ο Φάρος (1981) ένας λανθασμένος χειρισμός, που μπορεί πιθανόν να γίνει λόγω έλλειψης στοιχειωδών ειδικών γνώσεων, μπορεί να προκαλέσει ανυπολόγιστη ψυχολογική πνευματική ζημιά στο άτομο που πενθεί ή μπορεί να ενθαρρύνει, με την άγνοιά του, τη δημιουργία παθολογικών συμπτωμάτων.

Τέλος, ο Raphael (1980) πιστεύει ότι οι κυρίαρχοι σκοποί εκείνων που θέλουν να βοηθήσουν τον πενθούντα πρέπει να είναι οι εξής:

- α) Να προσφέρεται ανθρώπινη άνεση
- β) Να ενθαρρύνεται η εξωτερίκευση των συναισθημάτων της θλίψης και
- γ) Να προάγεται η διαδικασία του θρήνου (Smith, 1982).

Β. Ο ρόλος του κοινωνικού λειτουργού και η βοήθεια του στα διάφορα στάδια του πένθους

Η αντίληψη ότι οι κοινωνικοί λειτουργοί είναι από τους επαγγελματίες εκείνους, οι οποίοι μπορούν να βοηθήσουν τους πενθούντες να αντιμετωπίσουν τη θλίψη τους, κατά την πένθιμη περίοδο, είναι κοινά αποδεκτή.

Σήμερα, στην προαστική απρόσωπη και ασύνδετη κοινωνία μας, όπως υποστηρίζει ο Φάρος (1981), ένα μεγάλο μέρος εκείνων που έκανε ο φίλος, ο συγγενής ή ο γείτονας για τον θλιμμένο, θα πρέπει να το κάνει ο κοινωνικός λειτουργός. Συνεχίζοντας αναφέρει, ότι σε διάφορες χώρες, όπως στην Αγγλία και στην Αμερική, η κοινωνική εργασία προσανατολίζεται προς την κατεύθυνση της συμπαραστάσεως του πενθούντος δίνοντας σε αυτό πολύ μεγάλη σημασία. Στην Ελλάδα όμως η παρηγορητική αγωγή των πενθούντων γίνεται σε περιορισμένη κλίμακα. Ειδικά κέντρα παρηγορητικής αγωγής δεν υπάρχουν. Μόνο ο κοινωνικός λειτουργός του νοσοκομείου, της πρόνοιας ή διαφόρων ψυχιατρικών κέντρων αναλαμβάνει συχνά περιπτώσεις πενθούντων, που χρειάζονται βοήθεια και στήριξη στην κρίσιμη περίοδο της θλίψης τους.

Ο Φάρος (1981) παρατηρεί ότι από την αρχή της θλίψης, με την αναγγελία της απώλειας μέχρι την ολοκλήρωσή της, ο πενθών, περνώντας από όλα τα στάδια - φάσεις του πένθους του θα πρέπει να έχει την αμέριστη βοήθεια του κοινωνικού λειτουργού, για να μπορέσει

να ξεπεράσει τη δύσκολη αυτή περίοδο ομαλά χωρίς να του δημιουργηθούν ιδιαίτερα προβλήματα.

Στη σημερινή εποχή η αναγγελία του θανάτου κάποιου προσώπου γίνεται συνήθως στο χώρο ενός θαλάμου μιας νοσοκομειακής μονάδας. Ο κοινωνικός λειτουργός του νοσοκομείου την κρίσιμη αυτή στιγμή θα πρέπει να μείνει πλάι στο θλιμμένο άτομο, αν του επιτρέπει να κλάψει, να φωνάζει και να τον αφήσει ελεύθερο να εκφράσει τον πόνο του με οποιονδήποτε τρόπο αυτό θελήσει (Φάρος, 1981).

Κατά τη Smith (1982) ο κοινωνικός λειτουργός τη χρονική αυτή στιγμή μπορεί ακόμη να βοηθήσει τον πενθούντα σε πρακτικά θέματα και να τον ενθαρρύνει στην αναγνώριση του γεγονότος. Καθώς όμως ο πενθών αρχίζει να συνειδητοποιεί την απώλεια ο κοινωνικός λειτουργός μπορεί να βοηθήσει με πολλούς τρόπους. Ο πενθών μπορεί να είναι θυμωμένος με τον νεκρό, που τον άφησε πίσω, με τον θεό που επέτρεψε να συμβεί το γεγονός ή ακόμη και με τον ίδιο του τον εαυτό. Ο κοινωνικός λειτουργός στο στάδιο αυτό θα πρέπει να υπομένει το θυμό του πενθούντος και να του δείξει μέσω της στάσης του και των λεγομένων του ότι τα συναισθήματα που νιώθει είναι φυσιολογικά και αποδεκτά και να τον βοηθήσει να τα εξωτερικεύσει. Στο σημείο αυτό, παρατηρεί η Smith (1982) ο κοινωνικός λειτουργός θα πρέπει να αποφεύγει να διατηρεί απόσταση από τον πενθούντα, με το να κάνει τυπικές ή κενές δηλώσεις. Θα πρέπει να αναφέρει σχεδόν συνέχεια ότι βρίσκεται στην διάθεση του πενθούντος και ότι θα τον βοηθήσει σε κάθε δύσκολη στιγμή. Συχνά ο πενθών ενώ αναγνωρίζει ότι ο θάνατος

έχει επέλθει, αποφεύγει να δεχθεί ότι το αγαπημένο του πρόσωπο πλέον δεν ζει.

Στην περίπτωση αυτή ο κοινωνικός λειτουργός μπορεί να βοηθήσει:

- Ενθαρρύνοντας την αναγνώριση και την αποδοχή ότι ο θανών πράγματι έχει πεθάνει.
- Υποφέροντας τον πόνο και τη θλίψη του πενθούντος διατηρώντας μια στάση προθυμίας και ενδιαφέροντος και
- Παροτρύνοντας τον πενθούντα να εξωτερικεύσει τα συναισθήματα θυμού, θλίψης, ενοχής και άρνησης που ίσως να έχει τη στιγμή αυτή. Ακόμη διευκολύνοντάς τον να μιλήσει για τη ζωή του με τον θανόντα διαβεβαιώνεται ότι αυτές οι εμπειρίες συνέβησαν στο παρελθόν, τότε που το αγαπημένο πρόσωπο ήταν υπαρκτό, και έτσι βοηδιέται ο πενθών να αναγνωρίσει ότι πλέον το γεγονός είναι οριστικό και αμετάκλητο και το άτομο δεν ζει

Ο Corazzini (1980) προτείνει να ενθαρρύνεται ο πενθών να μιλήσει για τη ζωή του με τον νεκρό με διάφορα μέσα, όπως φωτογραφίες, εικόνες ή κειμήλια και σε αυτή τη διαδικασία η συμμετοχή του κοινωνικού λειτουργού πρέπει να είναι δραστική (Smith, 1982).

Όπως αναφέρει και η Smith (1982), αυτή η διαδικασία βοηθάει τον πενθούντα να περιγράψει τη ζωή του πριν την απώλεια και να ορίσει το όριο μεταξύ και της νέας διαφορετικής κατάστασης που τώρα αντιμετωπίζει.

Όταν ο πενθών αρχίσει να δέχεται την πραγματικότητα της απώλειας η δεδομένη πραγματικότητα έχει κομματιαστεί, ο κόσμος γίνεται ένας τόπος ανάξιας εμπιστοσύνης, η διαβεβαίωση της προσωπικής ταυτότητας συντρίβεται και οι σχέσεις με τους άλλους ανθρώπους θα πρέπει τώρα να ξαναδημιουργηθούν σε διαφορετική βάση. Στο στάδιο αυτό ο κοινωνικός λειτουργός δεν πρέπει να θεωρηθεί από τον πενθούντα ότι είναι το μόνο πρόσωπο, στο οποίο θα μπορούσε να στηριχθεί. Κατ' αυτό τον τρόπο αναπτύσσεται μια ψυχολογική εξάρτηση με πολλές επιπλοκές. Γι' αυτό το λόγο λοιπόν ο κοινωνικός λειτουργός θα πρέπει να ενθαρρύνει τον πενθούντα να αρχίσει να σκέπτεται την ανανέωση των παλαιών σχέσεων ή τη δημιουργία νέων. Στο σημείο αυτό, αναγκαίο είναι να δουλευτεί ένα σχέδιο δράσης με τον πενθούντα, όπου θα ενισχύει την εμπιστοσύνη του εαυτού του, ενώ ταυτόχρονα θα υπάρχει διαβεβαίωση από τον κοινωνικό λειτουργό ότι η αίσθηση της προσωπικής ταυτότητας επανακτείται βαθμιαία και η εκμάθηση του νέου ρόλου γίνεται καταβάλλοντας προσπάθεια και έχοντας δύναμη, αντοχή και ενέργεια.

Κατά τη Ross (1979β), ο ρόλος του κοινωνικού λειτουργού σε περιπτώσεις απροσδόκητου θανάτου είναι αρκετά δύσκολος. Ο κοινωνικός λειτουργός θα πρέπει να αφήσει ελεύθερο τον πενθούντα και να του δώσει χρόνο να βγει από το σοκ (Shock), ενώ μπορεί να παράσχει τη βοήθειά του σε πρακτικά θέματα, όπως ειδοποίηση συγγενών και φίλων, διεκπεραίωση των τελευταίων εγγράφων με το νοσοκομείο και άλλες επείγουσες δουλειές.

Σύμφωνα με τη Λαγού - Παπαδοπούλου (1991) η παρέμβαση του κοινωνικού λειτουργού θα πρέπει να στοχεύει:

-Στη μείωση του άγχους, στρες (stress), που βιώνουν τα μέλη κατά τη μεταβατική περίοδο της κρίσης

-Στην κινητοποίηση του οικογενειακού συστήματος, έτσι ώστε να οργανώσει τις δυνάμεις και πηγές στήριξης που διαθέτει για να ανταποκριθεί στις απαιτήσεις που διαμορφώθηκαν μετά την απώλεια

-Στη βοήθεια της οικογένειας να βρει μια νέα ισορροπία που θα συμβάλλει στην ικανοποιητική λειτουργία της.

Επιπλέον τονίζει ότι η παρέμβαση στην κρίση θα πρέπει να ακολουθεί τις παρακάτω τρεις ενέργειες:

-Αξιολόγηση της κρίσης

Αφορά τη συλλογή, σύνθεση πληροφοριών και γεγονότων που συντέλεσαν στην κρίση. Σημαντική είναι η διερεύνηση της υποκειμενικής αντίληψης και ερμηνείας που δίνει κάθε μέλος στα γεγονότα και η αξιολόγηση των ικανοτήτων σε ατομικό και συλλογικό επίπεδο για την επίλυση της κρίσης. Ενώ πολύ χρήσιμη είναι η διαμόρφωση σαφούς αντίληψης της εργασιμότητας της οικογένειας, στο σύνολό της, και κάθε μέλους ξεχωριστά.

-Υποστηρικτική παρέμβαση στο παρόν

Σαν δεύτερο βήμα, παρέχεται στήριξη και ενθάρρυνση για μοίρασμα συναισθημάτων, ανησυχιών και προβληματισμών, ενώ επιχειρείται

ερμηνεία και διασαφήνιση των συναισθημάτων και των ακριβών γεγονότων.

Ο Κοινωνικός λειτουργός προχωρά σε μια «από κοινού διάγνωση», προκειμένου να βοηθήσει τον πενθούντα να αυτοκαθορίσει την απόφασή του και να προσδιορίσουν, από κοινού, συγκεκριμένους στόχους δράσης.

Παράλληλα όμως κινητοποιείται και το ευρύτερο υποστηρικτικό σύστημα που περιλαμβάνει μέλη της εκτεταμένης οικογένειας ή και τα άτομα από την κοινότητα που παίζουν σημαντικό ρόλο στη ζωή του θλιμμένου.

-Προγραμματισμός και προσαρμογή στο μέλλον

Στο στάδιο αυτό βοηδιέται η οικογένεια να αναγνωρίσει τις ικανότητες που διαθέτει, για να αντιμετωπίσει το πένθος. Σταδιακά ο κοινωνικός λειτουργός προβαίνει στην ανάλυση ευρύτερων ευθυνών μέσα στα πλαίσια της οικογενειακής ομάδας. Στη φάση αυτή περιλαμβάνονται αλλαγές που αφορούν είτε τα μέλη της οικογένειας - ρόλους, σχέσεις, αντιλήψεις, είτε την εξωτερική πραγματικότητα - εναλλακτικές λύσεις στο περιβάλλον, διαμόρφωση συνθηκών ζωής.

Ο κοινωνικός λειτουργός σε όλο το φάσμα της εργασίας με τον πενθούντα ή και με την οικογένειά του χρησιμοποιεί, σύμφωνα με την Λαγού - Παπαδοπούλου (1991) την παράλληλη πολλαπλή συνέντευξη για να βοηθήσει την αλληλεπίδραση, αλληλοενημέρωση και συναισθηματική επικοινωνία των μελών. Εκτός όμως από αυτό, εργάζεται συμβουλευτικά

υποστηρικτικά. Βοηθητικός ακόμη παράγοντας είναι η δημιουργία συμβουλευτικών ομάδων, που σχηματίζονται με κριτήρια τους ρόλους, τις ηλικίες ή τη φύση της σοβαρότητας του γεγονότος. Σκοπός είναι η έκφραση συναισθημάτων και ανησυχιών και το «μοίρασμα των εμπειριών». Ο κοινωνικός λειτουργός όμως, τονίζει η Παπαδοπούλου (1991), πριν ακόμη δουλέψει με πενθούντες, θα πρέπει να δουλέψει με τον ίδιο τον εαυτό, τα δικά του συναισθήματα απέναντι στο θάνατο, έτσι ώστε να τον αποδεχθεί. Ενώ ταυτόχρονα θα πρέπει να γνωρίζει, να έχει μελετήσει γύρω από το θέμα του θανάτου και το πένθος, τις ανάγκες κάθε ηλικίας και τα στάδια ανάπτυξης, για να μπορέσει πραγματικά να βοηθήσει ένα άτομο που πενθεί ένα αγαπημένο του πρόσωπο που χάθηκε.

Σύμφωνα με τη Rando (1984) η παρεμβατική στρατηγική του κοινωνικού λειτουργού στο πένθος θα πρέπει να περιλαμβάνει τις παρακάτω δώδεκα αρχές:

-Δημιουργία θετικής σχέσης και αξιολόγηση του πενθούντα με σκοπό τον σχεδιασμό κατάλληλων παρεμβάσεων για την συγκεκριμένη περίπτωση.

-Προσέγγιση του πενθούντος κάνοντας ο κοινωνικός λειτουργός αισθητή την παρουσία του με συγκεκριμένους πρακτικούς τρόπους παροχής βοήθειας

-Θα πρέπει ο κοινωνικός λειτουργός να στέκεται δίπλα στον πενθούντα όχι μόνο με την παρουσία του, αλλά και με την υποστήριξή του

-Θα πρέπει να δίνεται στον πενθούντα το περιθώριο να θρηνήσει την απώλεια

-Δεν θα πρέπει να ενθαρρύνεται ο πενθών να παραμένει απομονωμένος για μεγάλο χρονικό διάστημα

-Είναι αναγκαίο ο κοινωνικός λειτουργός να βοηθήσει στη διατήρηση ενός οικογενειακού συστήματος στήριξης για τον πενθούντα.

-Πριν από κάθε παρεμβατικό σχεδιασμό θα πρέπει να αξιολογηθεί η ακριβής θλίψη του πενθούντος και οι σημαντικοί παράγοντες που την επηρεάζουν

-Είναι αναγκαίο συνεχώς να εξετάζεται ποιες από τις φάσεις του πένθους είναι ημιτελείς

-Θα πρέπει να ενθαρρύνεται η λεκτικοποίηση των συναισθημάτων και η ανάμνηση του θανόντος

-Θα πρέπει ο κοινωνικός λειτουργός να υποστηρίζει το πενθούντα να αντιμετωπίσει τη διαδικασία του πένθους και να επεξεργάζεται την έννοια της απώλειας

-Η επανασπένδυση σε μια καινούργια ζωή θα πρέπει να υποστηρίζεται

-Θα πρέπει να αναγνωρίζεται ότι οι τελετουργικές εκδηλώσεις, έχουν θεραπευτικό χαρακτήρα

ΚΕΦΑΛΑΙΟ VIII

A. Μονογονεϊκή οικογένεια - έφηβος και πένθος

Στο παρόν κεφάλαιο θα αναλύσουμε τη σύνδεση τη δομή αλλά και την τελική μορφή που λαμβάνει η οικογένεια μετά το θάνατο - χαμό ενός προσφιλούς προσώπου. Το γεγονός του θανάτου και του επικείμενου πένθους θα ειπωθεί από την πλευρά του συναισθηματικού κόσμου του εφήβου κατά τρόπο ιδιάζοντα, ανάλογο προς την προσωπικότητα του οικογενειακού προσώπου που «χάνεται» (μητέρα, πατέρα κλπ.).

Ωστόσο ο χαμός ενός προσώπου επιφέρει αλλαγές και αναπροσαρμογές στη δομή μιας οικογένειας, καθώς επηρεάζει εκτός των άλλων και την αριθμητική τους δομή. Η οικογένεια μεταλλάσσεται και εμπίπτει στους κόλπους της μονογονεϊκότητας, αν πρόκειται για το χαμό γονέα.

Το φάσμα όμως της μονογονεϊκότητας ως μορφής οικογενειακής ζωής είναι ευρύ και ποικίλο. Ο θάνατος ενός γονέα αποτελεί μια μόνο από τις αιτίες, που μπορούν να μετατρέψουν την οικογένεια σε μονογονεϊκή.

Στην παρούσα μελέτη αναλύεται αυτό το είδος της μονογονεϊκής μορφής οικογενειακής ζωής (προερχόμενη από θάνατο) και ο τρόπος που βιώνεται από τον έφηβο το πένθος του χαμού ενός γονέα.

Ωστόσο οι μορφές μονογονεϊκής οικογένειας είναι αρκετές και προέρχονται από διάφορες αιτίες, που ξεφεύγουν από τα όρια της παρούσας μελέτης. Θα γίνει όμως συνοπτική αναφορά σ' αυτές καθώς σε κάθε μορφή μονογονεϊκής οικογένειας προβλέπεται απουσία ενός γονέα και ο έφηβος με τη σειρά του βιώνει την απουσία του γονέα με το δικό του ιδιαίτερο τρόπο.

Σε κάθε μορφή μονογονεϊκής οικογένειας το έφηβο μέλος «πενθεί» για την απουσία του γονέα. Η διαφορά βρίσκεται στον τρόπο, στο είδος και στο βαθμό βίωσης του πένθους αυτού. Η παρούσα εργασία θα προσπαθήσει να αναλύει το πένθος της απουσίας ενός γονέα από μια οικογένεια που προέρχεται από θάνατο.

Επιγραμματικά όμως για τις μορφές μονογονεϊκών οικογενειών η Μαντζιάφου (1986) , Μισέλ (1993), Τσαούση (1991) αναφέρουν ότι η μονογονεϊκή οικογένεια μπορεί να προέρχεται από αιτία θανάτου ενός γονέα, διαζυγίου ή από γάμους, που δεν λύθηκαν τυπικά-νόμιμα, αλλά οι σύζυγοι έχουν χωρίσει ή εγκαταλειφθεί από τον ένα γονέα, με αποτέλεσμα ο άλλος να αναλαμβάνει τα παιδιά, όπως επίσης και η οικογένεια του άγαμου γονέα.

Ο Τσαούσης (1991) αναφέρει ότι η μονογονεϊκή μπορεί να είναι μητροκεντρική ή πατροκεντρική - ανάλογα με το ποιος από τους δύο γονείς αποτελεί τον αρχηγό της οικογένειας.

Εκτός απ' αυτές τις τυπικές μορφές μονογονεϊκών οικογενειών, υπάρχουν κι άλλοι τύποι, οι λεγόμενες «χωλές» ή «οιονεί», που στην

πλειονότητα έχουν αρχηγό γυναίκα.. Πρόκειται για συζυγικές οικογένειες, που έχουν διασπαστεί σε δύο κομμάτια, όχι γιατί δεν θέλουν οι σύζυγοι να ζουν μαζί, αλλά γιατί λόγοι διάφοροι πχ. μετανάστευση τους αναγκάζουν να ζουν χωριστά από την υπόλοιπη οικογένεια για μεγάλα χρονικά διαστήματα.

Τέλος κατά την Μαντζιάφου (1981) υπάρχουν και κάποια άλλα είδη μονογονεϊκής μορφής ζωής μιας οικογένειας. Διακρίνεται λοιπόν η μονογονεϊκή οικογένεια που προέρχεται από ένα εξώγαμο παιδί ή από την υιοθεσία ενός παιδιού από ένα μόνο γονέα.

B. ΟΙ ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ ΤΟΥ ΠΕΝΘΟΥΣ ΠΑΝΩ ΣΤΟΝ ΕΦΗΒΟ

Όσον αφορά στα παιδιά - μέλη τέτοιων οικογενειών αντιμετωπίζουν και αυτά με τη σειρά τους προβλήματα, κυρίως ψυχολογικά. Οι ειδικοί έχουν κάνει πολλές μελέτες πάνω στις αντιδράσεις του παιδιού απέναντι στο πένθος.

Οι Bowlby, Parks & Furman (1970 & 1964) τονίζουν ότι οι αρνητικές συνέπειες του πένθους μπορεί να έχουν σοβαρές επιπτώσεις στην περαιτέρω εξέλιξη του παιδιού, αν ορισμένες κοινωνικο-ψυχολογικές προϋποθέσεις δεν καλυφθούν. Οι σπουδαιότεροι, λοιπόν, παράγοντες που φαίνεται να παίζουν ρόλο στην εξέλιξη του παιδιού είναι οι εξής:

-Η φύση του γεγονότος που προκάλεσε το θάνατο του ενός εκ των γονιών του (ατύχημα, αρρώστια κλπ).

-Η ηλικία του παιδιού και η πνευματική του ικανότητα να συνειδητοποιήσει το θάνατο

-Ο βαθμός προσκόλλησης του παιδιού προς τον χαμένο γονέα και η ποιότητα των σχέσεων με τον επιζώντα.

-Η παρουσία μέσα στην οικογένεια άλλων παιδιών

-Η δυνατότητα να προσκολληθεί σε ένα άλλο πρόσωπο

-Η δυνατότητα να σβήσει το παιδί σιγά - σιγά από τη μνήμη του την εικόνα του χαμένου γονιού.

Η Μαντζιάφου (1986) επισημαίνει ότι τα παιδιά αυτά, μπορούν να παρουσιάσουν άμεση αλλαγή συμπεριφοράς ή συναισθημάτων. Έτσι,

μπορούν να βιώσουν αίσθημα εγκατάλειψης, μοναξιάς και απομόνωσης, να γίνουν καχύποπτα και να αναπτύξουν πολλές άμυνες. Τέλος, από ορισμένες μελέτες (Μαντζιάφου, 1981), αποδεικνύεται ότι υπάρχει μεγάλη τάση αντικοινωνικών ενεργειών και βίαιων αντιδράσεων στα παιδιά που έχουν χάσει τον ένα γονιό.

Βέβαια πολλοί ειδικοί υποστηρίζουν ότι οι επιπτώσεις είναι ακόμη πιο πολύπλοκες με την περίπτωση εφήβου μέλους οικογένειας που χάνει τον γονιό του. Εξαιτίας της πολυποίκιλης συναισθηματική κατάσταση που διακρίνει έναν έφηβο το γεγονός της θετικής αντίδρασης ή της αρνητικής αντίστοιχα δεν είναι προϊόν θεληματικής επιλογής αλλά συγκυριακή των καταστάσεων της στιγμής, στην οποία θα βρεθεί ο έφηβος.

Επομένως οι αντιδράσεις του μπορεί να έχουν αρχικά χαρακτήρα αμφιδυμικό και να καταλήγουν σε ακραίες μορφές αντίφασης π.χ. αυτοκτονία, αυτοκαταστροφή και γενικότερα αντικοινωνική συμπεριφορά. Ο θυμός, η άρνηση για το γονέα που χάθηκε, ο πόνος για το συγκεκριμένο άτομο, πολλές φορές εκφράζεται με επιθετικότητα, αντιδραστικότητα, κυκλοθυμία αφενός και αφετέρου με ονειροπόληση, ασκητισμό, που μπορεί να φτάνει τα όρια της κοινωνικής απομόνωσης.

Οργανικές διαταραχές, διαταραχές ύπνου και διατροφής είναι επίσης αισθητές. Το άγχος, ο φόβος, η εγκατάλειψη, τα αισθήματα ενοχής που μπορεί να εκδηλωθούν ως τάσεις αυτοκατηγορίας και αυτοτιμωρίας, κατακλύζουν τον έφηβο.

Συνακόλουθα, στην περίοδο αυτή ο έφηβος είναι δυνατό να παρουσιάσει τάσεις εξάρτησης απέναντι στα άτομα, που τον φροντίζουν και αναζήτηση των συμπεριφορών του γονέα που χάθηκε. Ακόμη συχνά μπορεί να παρουσιαστούν εκδηλώσεις παλινδρόμησης, ευερεδιστικότητα και επιθετικότητα, καθώς και αναζήτηση και αντικατάσταση του γονέα που χάθηκε (Παπαδάτου, 1990).

Η Ross (1979) επίσης τονίζει, ότι η εφηβική ηλικία είναι μια πολύ δύσκολη περίοδος και η πρόσθετη απώλεια ενός αγαπημένου προσώπου συχνά είναι κάτι υπερβολικό και δύσκολο να το υποστεί ο έφηβος. Αναφερόμενη στα συναισθήματα η συγγραφέας υποστηρίζει, ότι οι έφηβοι συχνά, όταν αντιμετωπίζουν το θάνατο κάποιου οικείου προσώπου, αισθάνονται έντονο θυμό τόσο για τους γύρω τους όσο και για το νεκρό και αναπτύσσουν συναισθήματα ενοχής για την απώλεια.

Κατά τη Rando (1988), αν κάποιος χάσει ένα αγαπημένο του πρόσωπο κατά τη διάρκεια της εφηβείας, είναι κάτι το ιδιαίτερα δύσκολο, γιατί αυτή η περίοδος είναι ήδη ταραχώδης και αγχώδης. Έτσι η θλίψη γίνεται περισσότερο περίπλοκη και επικίνδυνη.

Από την άλλη ο Φάρος (1981), υποστηρίζει, ότι μια κόρη θα πενθήσει περισσότερο τον πατέρα της από το γιο, του οποίου η εφηβική ανταρσία τον έχει φέρει σε σύγκρουση με τον πατέρα του.

Γ. Ψυχοκοινωνικές επιπτώσεις πάνω στον έφηβο από την απουσία του πατέρα

Η απουσία του πατέρα έχει σαν αποτέλεσμα την εμφάνιση ποικίλων ψυχοκοινωνικών προβλημάτων.

Ο Μ. Μυλντορφώ γράφει «όσο μεγαλύτερη είναι η πατρική αποστέρηση, όσο νωρίτερα έχει συμβεί αυτή η αποστέρηση, τόσο πιο αυξημένος είναι ο κίνδυνος της διανοητικής αρρώστιας».

Στις μέρες μας παρατηρούνται συχνά σε πολλούς νέους σοβαρές ψυχικές διαταραχές, στα όρια της νεύρωσης και της γύχωσης, που ονομάζονται «οριακές περιπτώσεις» και που συνοδεύονται από πατρική στέρηση.

Η συμβολή του πατέρα στην δημιουργία της δομής του χαρακτήρα του εφήβου είναι σημαντική. Η έλλειψη της πατρικής εικόνας προκαλεί ασθένειες της προσωπικότητας. Οι ειδικοί κάνουν λόγο για το «σύνδρομο αποστερήσεως της πατρικής εξουσίας» για τις «κοινωνικοπάθειες» κλπ. που έχουν δυσάρεστες συνέπειες στην μεταγενέστερη κοινωνική συμπεριφορά του εφήβου.

Η απουσία του πατέρα δίνει στον έφηβο ένα άλλοθι βολικό και κάποτε νόμιμο για τις επόμενες αποτυχίες του. Υποφέρει χωρίς να είναι πραγματικά άρρωστος και γάχνει να βρει κάποιο καταφύγιο, προκαλώντας την ανησυχία της μητέρας του για να του προσφέρει στήριξη. Αλλά η λιποταξία από αυτή την αφόρητη κατάσταση μπορεί να γίνει προς όλες τις μορφές κοινωνικής αναπροσαρμογής με κύριο

αποτέλεσμα την αντικοινωνική συμπεριφορά τις φυγές, την πορνεία κλπ. Όταν απουσιάζει ο πατέρας, ο έφηβος ανακατεύεται με άλλους ομοιοπαθείς για να έλθει σε κάποια ψυχική ισορροπία, δημιουργεί ομάδες, γιατί έτσι συσπειρωμένο νοιώθει την ασφάλεια, που του λείπει.

Εύκολα μια τέτοια ομάδα μπορεί να οδηγηθεί σε κλοπές, ληστείες που εξασφαλίζουν στον έφηβο χρήμα και που αυτό είναι ένα δυνατό στήριγμα, φέρνοντάς του συγχρόνως εμπιστοσύνη και ασφάλεια.

Στα ναρκωτικά οι περισσότεροι νέοι της κατηγορίας αυτής βρίσκουν καταφύγιο. Τους μεταφέρουν σε ένα κόσμο γεύτικο αλλά ιδανικό, χωρίς κινδύνους και αβεβαιότητες. Έτσι οι νέοι αυτοκαταστρέφονται γάχνοντας να βρουν αυτό που δεν βρίσκουν στις οικογένειες και στο περιβάλλον τους.

Ένα σημείο που μπορούμε να προσέξουμε είναι ότι, επηρεασμένα αρνητικά ένας έφηβος από τη διάλυση της οικογένειάς του, αμφισβητεί τα κοινωνικά πρότυπα και αντιδρά με δυσπροσαρμοσία σε αυτά, χωρίς φυσικά μια τέτοια άποψη να γενικεύεται.

Δεν είναι όλα τα παιδιά χωρίς πατέρα που φθάνουν ως εκεί. Ευτυχώς όλα εξαρτώνται από την προσωπικότητα τους, από την ηλικία τους, από το επίπεδο της συναισθηματικής του εξέλιξης, αλλά και από τις συνθήκες κάτω από τις οποίες έζησαν την εμπειρία του θανάτου του γονέα τους.

Δ. Οι ψυχοκοινωνικές επιπτώσεις που προκαλεί η απουσία της μητέρας πάνω στον έφηβο

Η απουσία της μητέρας μέσα από την οικογένεια έχει σαν αποτέλεσμα την εμφάνιση πληθώρας ψυχοκοινωνικών προβλημάτων στη ζωή των παιδιών.

Η Μαντζιάφου (1981) γράφει, ότι η απουσία της μητέρας από τη ζωή των παιδιών και αν εκείνα συμβαίνει να διανύουν την πολυτάλαντη περίοδο της εφηβείας, χαράσσεται βαθιά στην ψυχή των παιδιών αυτών. Οι ψυχικές διαταραχές μπορεί να είναι απρόβλεπτες, καθώς έχει χαθεί για το στήριγμα κάθε παιδιού, το πρόσωπο εκείνο που εμπιστεύονταν τυφλά και που δεν τα πρόδιδε ποτέ.

Τώρα όμως είδαν, ότι το πρόσωπο αυτό της εμπιστοσύνης και της αγάπης χάθηκε. Λόγω της μεγάλης προσκόλλησης προς το πρόσωπο της μητέρας θα είναι δύσκολο το ξεπέραςμα της κρίσης αυτής. Ο φόβος για χρόνια κατάθλιψη, παθολογική ονειροπόληση στο εκμαγείο του προσωπικού κόσμου της μητέρας παραμονεύει.

Επίσης η μητρική αυτή αποστέρηση μπορεί να δημιουργήσει στα παιδιά, που ήδη έχουν μπει στον πολυπαραγοντικό κόσμο της εφηβείας προβλήματα κοινωνικής, αλλά και κυρίως σεξουαλικής ταύτισης, εξαιτίας της ιδιαίτερης προσκόλλησης προς το πρόσωπο της μητέρας, αν πρόκειται για το ίδιο φύλο.

Ο κίνδυνος για εκδήλωση αντικοινωνικής συμπεριφοράς π.χ. πορνεία, ναρκωτικά κλπ είναι ορατός και προσεγγίσιμος ο νέος ρέπει προς

τέτοιου είδους συμπεριφορές από τη στιγμή, που θα αφηθεί μόνος του να αντιμετωπίσει τον πόνο από το χαμό του αγαπημένου του προσώπου.

Η έλλειψη κοινωνικών επαφών αλλά και οι διάφορες απόπειρες αυτοκτονίας, που μέσα στον πόνο του προβαίνει ένα παιδί είναι προσεγγίσιμες, από τη στιγμή που δεν υπάρχει το υποκατάστατο εκείνο που θα καλύψει το κενό της μητέρας (Herbert 1994).

Ε. Ο ρόλος της χήρας· μητέρας μέσα στην οικογένεια και η σχέση που αναπτύσσει με τον/την έφηβο/η για κόρη της.

«Ο πόνος μοιρασμένος είναι μισός. Η χαρά μοιρασμένη είναι διπλή.» Η Μαντζιάφου (1986) στη μελέτη της, διευκρινίζει, ότι όσο αφορά στη χήρα μητέρα, μετά το θάνατο του συζύγου της, είναι υποχρεωμένη να τηρήσει μια συγκεκριμένη συμπεριφορά απέναντι στους συγγενείς και στον κοινωνικό περίγυρο και ν' αποδείξει σ' αυτούς, ότι πράγματι έχει πληγεί από το θάνατο του συντρόφου της.

Συνηθέστερα, πρέπει να κλειστεί στο σπίτι της, να περιορίσει στο εντελώς αναγκαίο τις εξόδους της, να μη γελά και να συγκεντρώσει την προσοχή και φροντίδα της στα παιδιά.

Βέβαια, η χρονική διάρκεια του υποχρεωτικού πένθους στη χώρα μας έχει άμεση σχέση με τον τόπο διαμονής, αν η οικογένεια μένει σε μικρή ή μεγάλη πόλη, τα έθιμα του τόπου καταγωγής, τις οικογενειακές παραδόσεις, την εργασία, κοινωνική θέση και γενικά, αν τα έθιμα του περιγυρου είναι λιγότερο ή περισσότερο ελαστικά.

Η χήρα, λοιπόν, θα πρέπει να υιοθετήσει μια ειδική κοινωνική συμπεριφορά, που υποθάλλει τη μοναξιά και την κοινωνική απομόνωση.

Η ίδια συγγραφέας σε σχετική της έρευνα (1985), διαπιστώνει, ότι η χήρα μητέρα θα πρέπει να αναλάβει τα οικονομικά βάρη της οικογένειας, τη φροντίδα των παιδιών και τυχόν άλλες δυσκολίες που

αυξάνονται και γίνονται δυσβάσταχτες σε περίπτωση που εκείνη είναι ανεπάγγελτη και δεν έχει οικονομική και ηθική συμπαράσταση.

Με την αλλαγή της οικογένειας από εκτεταμένη σε πυρηνική, η χήρα δεν έχει πια ουσιαστικές προστασίες που είχε παλιότερα μέσα στην εκτεταμένη οικογένεια, δηλαδή την ανάληψη μέρους των ευθυνών από τους συγγενείς.

Τα προβλήματα της χήρας, λοιπόν, ακολουθούν την πορεία αλυσιδωτής αντίδρασης, διαδέχονται το ένα το άλλο. Ο θάνατος του συζύγου αλλάζει τη ζωή τους. Κλείνονται μέσα, μηδενίζουν σχεδόν τις διασκέδασεις τους, ενώ χάνουν παράλληλα σε μεγάλο βαθμό την οικονομική και κοινωνική τους ανεξαρτησία. Αναγκάζονται, λοιπόν, να δεθούν περισσότερο με την πατρική τους οικογένεια ή την οικογένεια του συζύγου, παλινδρομώντας στην εξάρτηση και χάνοντας την αυτονομία τους. Μερικές απ' αυτές μπορούν να γίνουν υπερπροστατευτικές στα παιδιά τους, έχοντας έντονο το αίσθημα της ευθύνης όχι μόνο απέναντι στα παιδιά αλλά και στον χαμένο σύντροφο.

Ο πρώτος καιρός χαρακτηρίζεται από θλίψη για το θάνατο του συζύγου, αλλά και από μία σειρά αναγκαίων ρυθμίσεων. Η χήρα θα πρέπει πλέον μόνη της να χειριστεί ορισμένα θέματα, που δεν ήταν στις αρμοδιότητες του ρόλου της πρωτύτερα μέσα στην οικογένεια.

Η κοινωνική πίεση που ασκείται στις χήρες μητέρες, τις αναγκάζει να υιοθετήσουν το ρόλο της ιδανικής μητέρας και να ξεχάσουν ότι είναι γυναίκες με ανάγκες, δικαιώματα και επιθυμίες (π.χ. σεξουαλικές).

Η δύναμη μιας ερωτικής σχέσης και η γνωστοποίηση του ξεκινήματος μιας συντροφικής σχέσης θεωρείται ταμπού για τη χήρα γυναίκα, ιδιαίτερα στα χωριά και στις επαρχίες.

Έτσι βασική σημασία έχει ο μητρικός ρόλος για τη χήρα μητέρα, με βάση τον οποίο γίνονται οι επιλογές γενικά στη ζωή της.

Η ανάλωση των προσωπικών της δραστηριοτήτων, για την καλύτερη δυνατή ανατροφή των παιδιών της, τις περισσότερες φορές αποτελεί αυτοσκοπό, κατατάσσοντας έτσι οποιαδήποτε άλλη επιλογή, επιθυμία της χήρας μητέρας σε δεύτερη μοίρα.

ΣΤ. Ο ρόλος του χήρου πατέρα μέσα στην οικογένεια και η σχέση που αναπτύσσει με τον / την έφηβο/η - γιο- κόρη του.

Τα πράγματα είναι αρκετά διαφοροποιημένα, όταν πρόκειται για το χήρο πατέρα. Παρά τις εμφανείς αλλαγές στον κοινωνικό και οικογενειακό μας χώρο, ο άνδρας αντιμετωπίζεται αρκετά διαφορετικά στην ελληνική κοινωνία. Η κοινωνία μας εξακολουθεί, να εμφανίζει σημάδια ανδροκρατίας και οι ρόλοι των συζύγων μέσα στην οικογένεια βαραίνουν υπέρ του άνδρα (Κατάκη, 1984).

Ο άνδρας και κυρίως με την ιδιότητα του πατέρα, είναι ο αδιαφιλονίκητος αρχηγός της ελληνικής οικογένειας με κύρια ευθύνη την οικονομική στήριξη της οικογένειας.

Έτσι ο χήρος πατέρας και μετά το θάνατο της συντρόφου του θα εξακολουθήσει υποχρεωτικά να φεύγει από το σπίτι, γιατί τώρα πρέπει περισσότερο από ποτέ να στηρίζει την οικογένεια του (Μαντζιάφου, 1986). Βέβαια, παρά το ότι ο χήρος πατέρας δεν θα αντιμετωπίσει οικονομικά προβλήματα, θα ζήσει ασφαλώς άλλα προβλήματα, που ίσως είναι και πιο έντονα απ' αυτά της χήρας μητέρας. Κι ένα απ' αυτά είναι η αρχική του απειρία και αδυναμία για τη φροντίδα των παιδιών και τη συντήρηση του σπιτιού. Σε άλλη μελέτη της, η ίδια συγγραφέας (1981) αναφέρει ενδεικτικά, πως ο Έλληνας πατέρας νιώθει σαν «εξωγήινο ον» μετά το θάνατο της συζύγου και πως η πολιτεία δεν μεριμνά για τον

επιζώντα άνδρα-σύζυγο με διάφορες παροχές και εξυπηρετήσεις, όπως εξεύρεση οικιακής βοηθού.

Εντούτοις, ο χήρος πατέρας δεν θα εκτεθεί τόσο πολύ στην κοινωνική μοναξιά, όσο η χήρα μητέρα. Και η υποχρέωση πένθους του περιορίζεται μόνο στην μαύρη γραβάτα, σε αντίθεση με την μαυροντυμένη χήρα μητέρα.

Είναι γνωστό πως συχνά με την προτροπή και δικαιολογία του κοινωνικού περιγύρου: «τα παιδιά χρειάζονται μια μάνα», ο χήρος πατέρας δεν αργεί να ξαναπαντρευτεί.

Άλλωστε, στον παλιό αστικό κώδικα, στα κωλύματα του γάμου, ο «πένθιμος ενιαυτός», ίσχυε μόνο για τη γυναίκα, που ήταν υποχρεωμένη να περιμένει ένα χρόνο μετά το θάνατο του συζύγου της για να ξαναπαντρευτεί (Μαντζιάφου, 1986).

Έτσι κάτω απ' αυτές τις συνθήκες ο άνδρας-χήρος ξαναπαντρεύεται, διότι, κυριαρχούν μέσα του οι ασυνείδητες αναπαραστάσεις, που κυριαρχούν από την παράδοση για την πατρότητα. Έτσι ο λόγος που οι περισσότεροι πατέρες δεν αναλαμβάνουν να μεγαλώσουν μόνοι τα παιδιά υπάρχει κυρίως, στον κοινωνικό καταμερισμό των ρόλων, σύμφωνα με τον οποίο η οικιακή ευθύνη και η ανατροφή των παιδιών είναι συστατικά του γυναικείου ρόλου. Έτσι, οι άνδρες έχουν μεγαλύτερες δυσκολίες να αποδεχθούν τον πατρικό τους ρόλο, διότι οι γυναίκες έχουν προτεραιότητα και ο ρόλος τους έχει μεγαλύτερη βαρύτητα.

Η διαφορά με τις γυναίκες είναι ότι στους άνδρες είναι αποδεκτό ένα ευρύτερο πρόγραμμα συμπεριφορών αντίδρασης που αφήνει μεγαλύτερη ευελιξία στην επιλογή νέων σχεδίων ζωής. Το σύνθημα αποτέλεσμα αυτής της σύντομης διαδικασίας στους χήρους πατέρες είναι μια νέα συμβίωση ή ένας νέος γάμος, εξάλλου οι άνδρες διστάζουν λιγότερο να παρουσιάσουν την φίλη τους στο παιδί ή να έχουν κοινές δραστηριότητες ή να συμβιώσουν.

Όσον αφορά τη συναισθηματική πλευρά των πραγμάτων, ο χήρος-πατέρας, δυσκολεύεται ιδιαίτερα, περνά μια αγχογόνο κατάσταση γεμάτη από ανασφάλεια, πόνο και λύπη. Ειδικότερα, ο πρώτος χρόνος χρείας είναι περίοδος ιδιαίτερα υψηλής ψυχολογικής πίεσης. Νιώθουν θλίψη, μοναξιά, μια αίσθηση αποτυχίας, υπερφόρτωση ευθυνών. Προβλήματα στην οργάνωση του νοικοκυριού υπάρχουν. Νιώθουν ανεπαρκής και συχνά φοβισμένοι. Μετά όμως από μια περίοδο προσαρμογής οι χήροι πατέρες αποδεικνύονται ικανοί και πλήρως αφοσιωμένοι στα παιδιά τους:

Τέλος το γεγονός της αύξησης του αριθμού των ανδρών ως μόνοι-χήροι - γονείς οφείλεται:

- α) στην αλλαγή του τρόπου ζωής των ανδρών
- β) στο ότι η κοινωνία άρχισε να αποδέχεται τον πατέρα-μόνο-γονέα
- γ) στην καλύτερη οικονομική κατάσταση και στον μεγαλύτερο αριθμό επαγγελματικών επιλογών σε σύγκριση με την μόνη-μητέρα

δ) στο ότι, όσο αφορά τη φύση της μονογονεϊκότητας, τα προβλήματα και οι εμπειρίες είναι κοινά σημεία και του μονού πατέρα και της μόνης μητέρας.

Στάση του οικογενειακού και φιλικού περιβάλλοντος μετά την «κρίση».

Διαπιστώνεται ότι οι μόνοι γονείς που διαβιούν με τις οικογένειες τους και δέχονται βοήθεια στην ανατροφή των παιδιών, τη βοήθεια αυτή τους την παρέχουν εξ' ολοκλήρου οι συγγενείς. Είναι ιδιαίτερα σημαντική η βοήθεια που δέχεται η εργαζόμενη μόνη μητέρα από το οικογενειακό της περιβάλλον. Ενώ η μόνη μητέρα που δεν εργάζεται συνήθως, δέχεται βοήθεια σε πολύ μικρότερο βαθμό. Αυτό όμως δεν ισχύει και για τους μόνους πατέρες που είτε εργάζονται, είτε όχι το οικογενειακό περιβάλλον ή οι φίλοι τους βοηθούν στην ανατροφή και φροντίδα των παιδιών.

Το να ζουν τα παιδιά και οι μόνοι γονείς σε μια εκτεταμένη οικογένεια αυτό έχει και τα θετικά και τα αρνητικά σημεία και εξαρτάται βέβαια και από την κάθε περίπτωση. Για τους μόνους γονείς αναφέρθηκε σαν θετικό ότι δέχονται βοήθεια οικονομική, συναισθηματική αλλά και στην φροντίδα των παιδιών.

Για τα παιδιά τώρα είναι αρκετά σημαντικό γι' αυτά το ότι οι παππούδες προσφέρουν σταθερότητα συναισθηματική, διότι είναι πιο διαδέσιμοι για επικοινωνία και προσφέρουν μια γωνιά γαλήνης και ηρεμίας. Ιδιαίτερα όταν τα παιδιά αντιμετωπίζουν αλλαγές στην

οικογενειακής τους ζωής- όπως είναι ο θάνατος του ενός γονέα- και βρίσκονται σε κρίσιμη φάση την περίοδο αυτή.

Επίσης κάνει πολύ καλό στα παιδιά να βρίσκονται σε επαφή με τις οικογένειες καταγωγής των γονέων τους, διότι έτσι αισθάνονται ότι προέρχονται και ανήκουν κάπου, ενώ ταυτόχρονα βλέπουν ότι και τα ίδια και οι γονείς τους, αγαπιούνται από κάποιους και τους φροντίζουν κάποιοι.

Όμως και οι παππούδες ευεργετούνται κάποιες φορές, διότι αισθάνονται ξανά ότι προσφέρουν και είναι χρήσιμοι και παίρνει ένα νέο νόημα η ζωή τους βγαίνοντας από την απομόνωση της κοινωνικής ζωής, στην οποία ίσως να βρίσκονταν προηγουμένως.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΙΧ

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ - ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

Τα συμπεράσματα από την βιβλιογραφική ανασκόπηση και μελέτη είναι:

- Ο θάνατος ενός προσώπου αποτελεί περίοδο κρίσης από την οποία διέρχονται και βιώνουν τα πρόσωπα της οικογένειας του εκλειπόντος.
- Ο τρόπος, ο βαθμός και η ένταση με τη οποία βιώνεται το πένθος, εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από τη σχέση του πενθούντος με τον νεκρό.
- Η εξωτερίκευση των συναισθημάτων θλίψης κατά την πένθιμη περίοδο είναι πολύ αναγκαία.
- Η πένθιμη περίοδος είναι ιδιαίτερα κρίσιμη για την σωματική και ψυχική υγεία του εφήβου που την βιώνει.
- Είναι δύσκολο να ξεπεραστεί το πένθος, όταν αντιμετωπίζεται στην εφηβική ηλικία.
- Ο ξαφνικός και απροσδόκητος θάνατος, η μεγάλη εξάρτηση του πενθούντος εφήβου με τον νεκρό, ο ευαίσθητος χαρακτήρας του πενθούντος, καθώς και η μη εξωτερίκευση της θλίψης, συμβάλλουν πολύ στην ανάπτυξη παθολογικών συμπτωμάτων στον έφηβο κατά την πένθιμη περίοδο.

- Ο τελετουργικός χαρακτήρας της πένθιμης διαδικασίας απαλύνει τον πόνο των λοιπών μελών της οικογένειας και καταπραΰνει την θλίψη των προσφιλών προς την οικογένεια προσώπων (συγγενείς, φίλοι κ.λ.π.).
- Η πένθιμη τελετουργική διαδικασία ως ομαδική διεργασία φέρνει κοντά στην οικογένεια του εκλειπόντος ένα μεγάλο σύνολο προσφιλών προσώπων από τις λίγες φορές που αυτό συμβαίνει σε μία οικογένεια όπως π.χ. σε γάμους, γιορτές κ.λ.π., προσδίδοντας έτσι στην ιδιαιτερότητα της στιγμής έναν χαρακτήρα ομαδικό, που σφυρηλατεί και συνέχει τις σχέσεις των μελών αυτών έναντι του πόνου και της θλίψης, ενώ παράλληλα αμβλύνει το γεγονός του θανάτου και του χαμού ενός προσφιλούς προσώπου, υπό το πρίσμα της συμπαράστασης, της υποστήριξης και της αλληλοσυσχέτισης που ακτινοβολείται μέσα από το ομαδικό πνεύμα.
- Οι αντιδράσεις που μπορεί να παρουσιάζει ένας έφηβος βιώνοντας το γεγονός του θανάτου και του επικείμενου πένθους του θανόντος γονέα του, διαφέρουν ως προς το «ποιόν» και την έκτασή τους από κάθε άλλο άτομο την συγκεκριμένη στιγμή (φίλοι, συγγενείς), λόγω του παράγοντα «διαφορετικότητα προσωπικότητας» που ισχύει και κάνει το κάθε άτομο να είναι διαφορετικό από ένα άλλο γενικά. Ωστόσο, η πολυπαραγοντική και ποικιλόμορφη περίοδος της εφηβικής ηλικίας είναι εκείνη, που έρχεται να επιβεβαιώσει την διαφορετικότητα με την οποία αντιμετωπίζει ο έφηβος τα επικείμενα γεγονότα του θανάτου καθώς

χαρακτηρίζεται η ηλικία αυτή από αστάθεια, αμφιδυμικότητα και αμφιταλάντευση, αποπροσανατολισμό και κρίση ταυτότητας.

- Σημαντικό ρόλο για το ομαλό ξεπέρασμα των δυσκολιών της πένθιμης διαδικασίας διαδραματίζει και το στενό οικογενειακό περιβάλλον του εφήβου. Όσο περισσότερο σφυρηλατημένες είναι οι σχέσεις του εφήβου με τα δικά του πρόσωπα, τόσο πετυχημένα αντιμετωπίζεται το πλήγμα του αποπροσανατολισμού της ζωής του εφήβου προς ένα λειτουργικό τρόπο ζωής.

- Λόγω του αμφιδυμικά ευμετάβλητου ψυχικού κόσμου του εφήβου, υπογραμμίζεται η συμβολή του κοιν. λειτουργού για την ομαλότερη άμβλυση των δυσκολιών της πένθιμης περιόδου, μια και αυτή (η συμβολή) τείνει στην αποκατάσταση της κοινωνικής λειτουργικότητας ενός ατόμου που διέρχεται μια περίοδο κρίσης (όπως είναι ο θάνατος).

ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

Στο σημείο αυτό κρίνεται αναγκαίο να παρατεθούν ορισμένες προτάσεις αναφορικά με τον τρόπο που ο έφηβος βιώνει το θάνατο ενός γονέα του και επικείμενο πένθος του, χρονικές περίοδοι που έχουν αναγνωριστεί από πολλούς ειδικούς κρισιμότητες για την ψυχική και σωματική υγεία του ατόμου.

Προτάσεις:

- Εκπαίδευση των κοινωνικών λειτουργών και πλήρη ενημέρωσή τους για τα ψυχοδυναμικά του αποχωρισμού σε περίπτωση θανάτου.

- Εξειδίκευση των κοιν. λειτουργών για την αντιμετώπιση περιπτώσεων πένθους.
- Ανάληψη ενεργά παρεμβατικού ρόλου από πλευράς κοιν. λειτουργού για την αντιμετώπιση αυτής της περιόδου κρίσης.
- Οργανωμένη ανάμειξη και ενασχόληση του κοιν. λειτουργού με το θέμα του θανάτου και του πένθους μέσω φορέων της πολιτείας που ασχολούνται γενικά με το θέμα αυτό (π.χ. Κοινωνική Πρόνοια - Νομαρχία).
- Δημιουργία Κέντρων ανακούφισης πόνου και παρηγορητικής αγωγής.
- Δημιουργία εξειδικευμένων προγραμμάτων στήριξης για άτομα που πενθούν στα οποία οι κοιν. λειτουργοί θα παρέχουν τις υπηρεσίες τους για την αποκατάσταση της Κοινωνικής Λειτουργικότητας των ατόμων αυτών.
- Να καθιερωθεί όπως και στο εξωτερικό η στήριξη του πένθους από επαγγελματίες Κοινωνικούς Λειτουργούς σε όλες τις φάσεις του πένθους με στόχο την ομαλή έκβαση και ολοκλήρωση της πένθιμης περιόδου.
- Δημιουργία ομάδων αυτοβοήθειας πενθούντων όπου θα βοηθούν την ελεύθερη εξωτερίκευση των συναισθημάτων θλίψης, πράγμα που ανακουφίζει τον πενθούντα.

- Η αντίληψη ότι η εξωτερίκευση των συναισθημάτων σε δύσκολες στιγμές της ζωής μας βοηθά σημαντικά, θα πρέπει να διακηρύσσεται σε κάθε ευκαιρία που θα δίνεται στους ειδικούς.
- Η διαπαιδαγώγηση των εφήβων στα σχολεία για το θέμα του θανάτου και το πως θα πρέπει να αντιμετωπίζεται αποτελεί ένα βασικό στοιχείο για την πρόληψη παθολογικών συμπτωμάτων κατά την περίοδο του πένθους.
- Να καθιερωθούν στα σχολεία μαθήματα «ψυχολογικής προετοιμασίας» για την αντιμετώπιση δύσκολων περιπτώσεων της ζωής.
- Συστηματική και μεθοδική ενασχόληση των Κοινωνικών Λειτουργών με τις ιδιαιτερότητες της εφηβικής ηλικίας προκειμένου να γνωριστούν οι ποικιλόμορφες αμφιταλαντευόμενες διακυμάνσεις της, ώστε να μπορούν οι Κ.Λ. να βοηθούν λειτουργικά τους εφήβους, που περνούν κρίσεις στην ζωή τους, όπως ο θάνατος γονέα.
- Διοργάνωση επιμορφωτικών σεμιναρίων στα σχολεία γύρω από το θέμα της αντιμετώπισης «δύσκολων περιόδων κρίσεων στην ζωή μας».

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

ΒΙΒΛΙΑ ΕΛΛΗΝΟΓΛΩΣΣΑ

- 1) Αναστασιάδης Β.Κ.: «Ψυχοπαιδαγωγική της εφηβικής ηλικίας», ✓
εκδόσεις Αναστασιάδης, Αθήνα 1993.
- 2) Aries E.: « Ο άνθρωπος μπροστά στον θάνατο», Μετ. Λάμφα ✓
Καρίνα, εκδόσεις Γλάρος, Αθήνα 1988.
- 3) Βασιλειάδης Ν.Π.: « Το μυστήριο του θανάτου», εκδόσεις ✓
αδελφότητα θεολόγων Ο Σωτήρ, Αθήνα 1986.
- 4) Cambel R.: «Πως να αγαπάτε πραγματικά τους νέους σας», Μετ. Λ
και Σ. Στυλιανούδη, Αθήνα 1987.
- 5) Δουμάνη Χρυστέα: «Η γυναίκα στην Ελλάδα», εκδόσεις Κέδρος,
Αθήνα 1989.
- 6) Draikors : «Η πρόκληση να είμαστε γονείς», Μετ. Δ. Κωστελένου,
εκδόσεις Θυμάρι, Αθήνα 1979.
- 7) Herbert Martin.: «Ψυχολογικά προβλήματα εφηβικής ηλικίας»,
εκδόσεις Ελληνικά γράμματα, Αθήνα 1994.
- 8) Isambert E.: «Ο ρόλος του Πατέρα στην Οικογένεια», εκδόσεις
Οδυσσέας, Αθήνα 1972.
- 9) Ιωαννίδης Ι.: «Παιδαγωγική Ψυχολογία», τεύχος Β, εκδόσεις ✓
Δρυμός, Αθήνα 1996.

10) Κατάκη Χάρης: «Οι τρεις ταυτότητες της Ελληνικής Οικογένειας», εκδόσεις Κέδρος Α.Ε., Αθήνα 1984.

11) Κογκίδου Δ.: «Μονογονεϊκές Οικογένειες», εκδόσεις Νέα Σύνορα ✓
Α΄. Α΄ Λιβάνη, Αθήνα 1995.

12) Κόνγκερ J.: «Η εφηβική ηλικία, μια καταπιεστική γενιά», εκδόσεις ✓
Ψυχογιός, Αθήνα 1981.

13) Κοσμόπουλος Α.: «Ψυχολογία και οδηγτική της παιδικής και
νεανικής ηλικίας», εκδόσεις Κοσμόπουλος, Πάτρα 1980.

14) Kubler - Ross Elizabeth.: «Γί' αυτόν που πεθαίνει», Μετ. Βράχα,
εκδόσεις Τάμασος, Αθήνα 1979.

15) Κοσμόπουλος Α.: «Ο ρόλος του πατέρα στην διαμόρφωση της
προσωπικότητας του εφήβου», εκδόσεις «Δημοσιεύματα», τομ. Α΄,
Σχολής Γονέων Αμαλιάδος, Αθήνα 1975.

16) Λαγού Σ.-Παπαδοπούλου Μ.: «Κοινωνική Εργασία με περιπτώσεις ✓
θανάτου», Αθήνα 1991.

17) Λεσάν Ε.: «Μαθαίνοντας να λέμε αντίο», Μετ. Νάντσιου, εκδόσεις
Θυμάρι, Αθήνα 1982.

18) Μάνος Ν.: «Βασικά στοιχεία ψυχιατρικής», εκδόσεις University
Studio Press, Θεσ/νίκη 1988.

(19) Μαντζιάφου - Κανελλοπούλου Μ.: «Οικογένειες με ένα γονέα», ✓
εκδόσεις Κέδρος, Αθήνα 1981.

- 20) Μιλντορφώ Μ.: «Ο ρόλος του πατέρα στην Οικογένεια», Μετ. Γ. Παπακυριάκης, εκδόσεις Οδυσσέας, Αθήνα 1977.
- 21) Μισέλ Α.: «Κοινωνιολογία της Οικογένειας και του γάμου», Μετ. ✓
Μουσούρου, εκδόσεις Gutenberg, Αθήνα 1993.
- 22) Μιχαηλίδης-Νουάρος Α.: «Έφηβοι και Παιδεία», εκδόσεις
University Studio Press, Θεσ/νίκη 1987.
- 23) Μποβουάρ Σιμόν.: « Ένας πολύ γλυκός θάνατος», Μετ. Αλεξίου ✓
Γεωργία, εκδόσεις Γλάρος, ΑΘΗΝΑ 1979.
- 24) Παρασκευόπουλος Ι.: «Εξελικτική Ψυχολογία», τόμος 4^{ος}, εκδόσεις
Ι. Ν. Παρασκευόπουλος, Αθήνα 1985.
- 25) Piaget J. «Η ψυχολογία της νοημοσύνης», εκδόσεις Καστανιώτης,
1986.
- 26) Πιντέρης Γ.: «Αντιμετωπίζοντας τον χωρισμό», εκδόσεις Θυμάρι, ✓
Αθήνα 1982.
- 27) Ράμφος Στέλιος: «Μελέτη θανάτου», εκδόσεις Κέδρος, Αθήνα ✓
1980.
- 28) Ross E.: «Θάνατος, το τελικό στάδιο εξέλιξης», Μετ. Βράχας Φ., ✓
εκδόσεις Τάμασος, Αθήνα 1988.
- 29) Raimbo Z.: «Το παιδί και ο θάνατος», Μετ. Μπούρα Μίνα, ✓
εκδόσεις Κέδρος, Αθήνα 1978.
- 30) Rather J.: «Ψυχολογία της γυναίκας», εκδόσεις Μανιατέα, Αθήνα ✓
1970.

- 31) Ρωμανός Δημήτρης: «Ψυχολογία της Προσωπικότητας», τόμος Β', ✓
εκδόσεις Επιμόρφωση, Αθήνα 1980.
- 32) Sabine Vutz • Dr Ulrich Unzner: «Τα μοναχοπαίδια», Μετ. Καίτη ✓
Καμμένου, εκδόσεις Θυμάρι, Αθήνα 1995.
- 33) Satir S.V.: «Πλάθοντας ανθρώπους», Μετ. Α. Στυλιανούδη,
εκδόσεις Κέδρος, Αθήνα 1989.
- 34) Spranger, ed.: «Ψυχολογία της εφηβικής ηλικίας», Μετ. Ν. Ι. ✓
Λυβάρη, Αθήνα 1981.
- 35) Τσαούσης Γ. Δημήτριος: «Η κοινωνία του ανθρώπου», εκδόσεις
Gutenberg, Αθήνα 1991.
- 36) Τσιάντης Ι.: «Ψυχική υγεία του παιδιού και της οικογένειας»,
τεύχος Α, εκδόσεις Καστανιώτη, Αθήνα 1991.
- 37) Walton E. F.: «Κερδίστε τους εφήβους από 13-19 στο σπίτι και στο
σχολείο», εκδόσεις Θυμάρι, Αθήνα 1982.
- 38) Φάρος Φ.: «Το πένθος», εκδόσεις Ακρίτας, Αθήνα 1988. ✓
- 39) Φάρος Φ.: «Το πένθος», Ορθόδοξη Λαογραφική και Ψυχολογική
Θεώρηση, εκδόσεις Ακρίτας, Αθήνα 1981.
- 40) Φρόνιτ Α.: «Το εγώ και οι μηχανισμοί Άμυνας», εκδόσεις ✓
Καστανιώτη, Αθήνα 1978.
- 41) Χάντφιλντ Α.: «Παιδικότητα και εφηβεία», εκδόσεις Θυμάρι, ✓
Αθήνα 1979.

42) Χασάπης Ι.: «Ψυχοπαθολογία της εφηβικής ηλικίας», τόμος 1^{ος}, εκδόσεις Βασιλόπουλος, Αθήνα 1987. ✓

43) Χουντουμάδη Αναστασία: «Παιδιά και γονείς», εκδόσεις Ελληνικά γράμματα, Αθήνα 1994. ✓

44) Χουρδάκη Μαρία: «Οικογενειακή ψυχολογία», εκδόσεις Γρηγόρη, Αθήνα 1982. ✓

ΞΕΝΟΓΛΩΣΣΑ ΒΙΒΛΙΑ

1) Bandura A. and Walters R. H.: «Adolescent aggression and study of the influence of childrearing practices and family interrelationships», ed. Ronald, New York 1959.

2) Debesse M.L.: «Adolescence», Paris P.U.F., 1969.

3) Drever James: «A Dictionary of Psychology», Edinburg, 1960.

4) Erikson E.: «Childhood and Society», W.W. Norton and CO, Ltd, New York, 1950.

5) Horrocks E. Jonh: «The Psychology of adolescence behavior and development», Cambridge Boston 1951.

6) Jones E. Harold: «Adolescence in our society», στο έργο του J. M. Seidman, «The Adolescent a book of readings», New York (1965).

7) Lewin Kurt: «The field theory approach to adolescence», στο έργο του Jerome M. Seidman, «The Adolescence a book of readings», New York (1965).

8) Raymond G. Kublen: «Adolescence» Encyclopedia of educational Research, ed by Chester W. Harris, 3η έκδοση, New York, 1960.

9) Rando Therese: «Grieving, How to go on Living when Someone you love dies», εκδόσεις Lexington Books, Η.Π.Α. 1988.

10) Rando Therese: «Dying and Death», εκδόσεις Lexington Books, Η.Π.Α. 1984.

11) Smith Carole: «Social work with the dying and bereaved», εκδόσεις B.S.W.A., London 1982.

ΠΕΡΙΟΔΙΚΑ

1) Prouts H. Jane: «Οι σχέσεις μεταξύ αδελφών», περιοδικό «Εκλογή», αρ. 43 εκδότης Ε.Π.Π.Σ.Κ.Ε., Αθήνα Ιουλ.-Αυγ.-Σεπτ. 1977.

2) Φάρος Φ.: «Η αντιμετώπιση του ανθρώπινου πόνου στην σύγχρονη ελληνική, Τεχνοκρατική κοινωνία», περιοδικό «Εκλογή», αρ. 47 εκδόσεις Ε.Π.Π.Σ.Κ.Ε., Αθήνα Ιουλ.-Αυγ.-Σεπτ. 1978. ✓

3) Lindermann G.: «Συμπτωματολογία και χειρισμός απροσδόκητου πένθους» περιοδικό «Εκλογή», αρ. 11 εκδόσεις Ε.Π.Π.Σ.Κ.Ε., Αθήνα 1978. ✓

4) Τσακλάνης Άγγελος: «Η διάσπαση της Οικογένειας», περιοδικό «Εκλογή», αρ. 99 εκδότης Ε.Π.Π.Σ.Κ.Ε., Αθήνα 1993. ✓

5) Πυργιωτάκη Ι.: «Κοινωνιολογία της οικογένειας, εξελικτικός μετασχηματισμός και σημερινή κατάσταση», περιοδικό «Συνάντηση», τεύχος 2, Αθήνα 1983.

6) Πυργιωτάκη Ι.: «Η διαδικασία της Κοινωνικοποίησης. Έννοια και λειτουργίες», περιοδικό «Φιλολόγος», τεύχος 30, Αθήνα 1982. ✓

7) Smith Larry: «Αναδρομή στη θεωρία της παρέμβασης σε περιόδους κρίσης», περιοδικό «Εκλογή», τεύχος Οκτ.-Νοεμ.-Δεκεμ., Αθήνα 1986. ✓

8) Τσιάντης Ι.: « Θρήνος-Ψυχολογία-Αντιμετώπιση, μερικές απόψεις και παρατηρήσεις», περιοδικό «Materia medica eresa», τόμος 8^{ος}, τεύχος 9, Αθήνα 1980. ✓

9) Bowlby (1960) από την ομιλία της Αλεξανδρή στην συζήτηση στρογγυλής τραπέζης με θέμα «Το παιδί και ο θάνατος», περιοδικό «Ιατρική» τόμος 36ος, τεύχος 2ο, Αθήνα 1979. ✓

ΕΓΚΥΚΛΟΠΑΙΔΕΙΕΣ

1) Εγκυκλοπαίδεια «Υδρία», εταιρεία Ελληνικών Εκδόσεων, Αθήνα 1978, τόμος 27ος.

2) Εγκυκλοπαίδεια «Ελευθερουδάκη», εκδόσεις Νίκας και Σία, Αθήνα 1962, τόμος 10ος.

3) Εγκυκλοπαίδεια «Πάπυρος Λαρούς Μπριτάνικα», εκδόσεις Πάπυρος, τόμος 27ος, Αθήνα 1997.

4) Εγκυκλοπαίδεια «Γεοβάνη», λήμμα «Οικογένεια».

