

Τ.Ε.Ι. ΠΑΤΡΑΣ
ΣΧΟΛΗ: Σ.Ε.Υ.Π.
ΤΜΗΜΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

Ο/Η ΕΦΗΒΟΣ ΚΑΙ ΟΙ ΣΧΕΣΕΙΣ ΤΟΥΣ ΜΕ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ

ΣΠΟΥΔΑΣΤΕΣ

1) ΑΛΑΜΑΝΟΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ

2) ΣΤΑΜΕΛΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ

ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ

ΣΤΡΑΤΙΚΗ- ΠΑΝΤΑΖΑΚΑ ΑΘΑΝΑΣΙΑ

Πτυχιακή εργασία για τη λήψη του πτυχίου από το τμήμα Κοινωνικής
Εργασίας της Σχολής Επαγγελματιών Υγείας και Πρόνοιας του
Ανώτατου Τεχνολογικού Εκπαιδευτικού Ιδρύματος (Α.Τ.Ε.Ι) Πατρών

ΠΑΤΡΑ – ΜΑΡΤΙΟΣ 2008

ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

| | |
|---|----|
| ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ | 1 |
| ΚΕΦΑΛΑΙΟ Ι | 8 |
| ΕΙΣΑΓΩΓΗ | 8 |
| ΤΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ..... | 8 |
| ΣΚΟΠΟΣ-ΣΤΟΧΟΙ ΜΕΛΕΤΗΣ | 10 |
| ΟΡΙΣΜΟΙ ΟΡΩΝ | 10 |
| ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΙΙ..... | 11 |
| 1. ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΜΕΛΕΤΩΝ | 11 |
| 2. ΕΦΗΒΕΙΑ: ΘΕΩΡΗΤΙΚΕΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ..... | 14 |
| 2.1. Steinberg | 16 |
| 2.2. Elkind..... | 17 |
| 2.3. Freud | 22 |
| 2.4. Piaget | 24 |
| 2.5. Erikson | 25 |
| 2.6. Marcia..... | 27 |
| 3. ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΕΦΗΒΟΥ | 29 |
| 4. ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΣΤΗΝ ΕΦΗΒΕΙΑ | 39 |
| 5. ΣΧΕΣΕΙΣ ΓΟΝΕΩΝ- ΕΦΗΒΩΝ..... | 48 |
| 6. ΓΟΝΕΪΚΟΙ ΤΥΠΟΙ..... | 59 |
| 7. Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ ΣΤΗΝ ΨΥΧΟΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΟΥ ΕΦΗΒΟΥ | 63 |

| | |
|---|----|
| 8. Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ ΣΤΗ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΟΥ ΕΦΗΒΟΥ | 67 |
| 9. Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ ΣΤΗΝ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΟΥ ΕΦΗΒΟΥ | 71 |
| 10. Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΜΗΤΕΡΑΣ ΣΤΗΝ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΟΥ ΕΦΗΒΟΥ | 74 |
| 11. Ο ΡΟΛΟΣ ΤΟΥ ΠΑΤΕΡΑ..... | 76 |
| ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΙΙΙ | 78 |
| ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ..... | 78 |
| ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΙV | 80 |
| ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ-ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ | 80 |
| ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ..... | 82 |
| ΕΛΛΗΝΙΚΗ | 82 |
| ΞΕΝΟΓΛΩΣΣΗ..... | 83 |

ΠΕΡΙΛΗΨΗ ΜΕΛΕΤΗΣ

Προσεγγίζοντας ιστορικά την εφηβεία διαπιστώνεται, ότι δεν υφίσταται με την ίδια μορφή μέσα στους αιώνες. Συγκεκριμένα είχε άλλη οντότητα ο όρος εφηβεία στην αρχαιότητα, άλλη στο μεσαίωνα και άλλη στις προβιομηχανικές και μεταβιομηχανικές κοινωνίες. Φτάνοντας στις μέρες μας ο όρος εφηβεία, έχει μεταπλαστεί σε μια τελείως διαφορετική έννοια εκφράζοντας μια διαφορετική κουλτούρα αλλά και μια διαφορετική τάξη ανθρώπων, οι οποίοι βρίσκονται στα πρώιμα στάδια της ζωής τους.

Ο ρόλος που έπαιζε και παίζει ο έφηβος, οδηγεί πολλούς μελετητές στην ανάπτυξη ψυχολογικών προσεγγίσεων και ερευνών, σχετικών με το πώς εξελίσσεται ο έφηβος τι τον επηρεάζει αλλά και πως ο ίδιος μπορεί να επηρεάσει το ευρύτερο κοινωνικό σύνολο.

Η εφηβεία είναι η περίοδος μετάβασης μεταξύ της παιδικής ηλικίας και της ζωής ως ενήλικος. Καλύπτει βασικά τα εφηβικά έτη. Βιολογικά, χαρακτηρίζεται από την αρχή της ήβης, η οποία σίγουρα αποτελεί τη μεγαλύτερη και χαρακτηριστικότερη πλευρά της εφηβείας, αλλά δεν αποτελεί παρά το βιολογικό της μέρος. Πρόκειται για μια μεγάλη αναπτυξιακή περίοδο, διάρκειας 7 ως 8 χρόνων, (αρχίζει από το 11^ο έτος και ολοκληρώνεται περίπου στο 18^ο), η οποία περιλαμβάνει τις αλλαγές που διαδραματίζονται στους τέσσερις βασικούς τομείς της ανάπτυξης: το βιολογικό, το γνωστικό, τον ψυχολογικό-συναισθηματικό και τον κοινωνικό.

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 πέρασμα του ατόμου από τον κόσμο του παιδιού, με την ανεμελιά και την εξάρτηση, στον κόσμο του ενήλικου, με την υπευθυνότητα και την αυτοδιαχείριση.

Από την άλλη πλευρά, αρκετοί επιστήμονες υποστηρίζουν ότι η εφηβεία δεν αποτελεί ένα ξεχωριστό αναπτυξιακό στάδιο. Διαφωνούν με την άποψη ότι

στην εφηβεία το παιδί αποκτά μια νέα προσωπικότητα. Αντίθετα, πιστεύουν πως η ανάπτυξη του παιδιού σε έφηβο είναι το ίδιο σταδιακή και ανεπαίσθητη όσο και η ανάπτυξη του εφήβου σε ενήλικα. Μία σύγχυση σχετικά με τα όρια της εφηβείας είναι διάχυτη, ενώ φαίνεται σε φράσεις όπως «ενδιάμεσο στάδιο» και «ουδέτερη ζώνη μεταξύ παιδικής και εφηβικής ηλικίας».

Η πιθανή σύγκρουση με τον κόσμο των ενηλίκων αναγνωρίστηκε από τους συγγραφείς και από τις ψυχαναλυτικές και κοινωνιολογικές παραδόσεις κατά τη διάρκεια των δεκαετιών του '50 και του '60. Φράσεις όπως 'η κρίση ταυτότητας της εφηβείας' και η αναταραχή ή 'θύελλα και πίεση' (storm and stress) της εφηβικής περιόδου, έχουν γίνει γνωστές από τότε. Φαίνεται, όμως, πως σε αυτή τη σύγκρουση δόθηκε υπερβολική έμφαση. Η εμφάνιση της εφηβείας συμβαίνει αργότερα στα αγόρια από ότι στα κορίτσια. Οι φυσικές και βιολογικές διαφορές μεταξύ των αγοριών και των κοριτσιών γίνονται εμφανέστερες στην εφηβεία, λόγω των ορμονικών αλλαγών.

Η αρχή της εφηβείας συνοδεύεται από χαρακτηριστικές φυσικές αλλαγές. Αυτές με τη σειρά τους έχουν ψυχολογικά αποτελέσματα στο νεαρό άτομο. Ο έφηβος αρχίζει να συνειδητοποιεί τη σεξουαλική ανάπτυξη του/της και τις σχετικές αλλαγές στο μέγεθος και τη μορφή του σώματος, στο βάθος της φωνής, τη σύσταση του δέρματος και της τριχοφυΐας στο πρόσωπο και το σώμα. Πολλοί συγγραφείς που έχουν ως αντικείμενο την εφηβεία έχουν αποδώσει την αμηχανία ή την υπερβολική συνείδηση του εαυτού (self-consciousness), που θεωρείται συχνά ότι χαρακτηρίζει αυτήν την περίοδο, στη συνειδητοποίηση αυτών των αλλαγών.

Όλοι οι έφηβοι περνούν από στάδια τα οποία αναφέρονται στην αλληλουχία σωματικών μεταβολών. Ο χρόνος έναρξης των μεταβολών και της σωματικής αύξησης, η ταχύτητα και το εύρος της αλλά και η ηλικία που ολοκληρώνεται κυμαίνονται πολύ. Επί παραδείγματι μπορούμε να μιλήσουμε για τη διαφορά των κοριτσιών και των αγοριών στο σχολείο. Τα πρώτα είναι πιο εύσωμα με μικρές εξαιρέσεις, αντίθετα τα' αγόρια είναι μικροκαμωμένα εκτός ελαχίστων περιπτώσεων. Όλα είναι στην ίδια ηλικία, οπτικά όμως υπάρχουν διαφοροποιήσεις.

Όπως φαίνεται παραπάνω, οι διάφορες θεωρητικές προσεγγίσεις της εφηβείας δεν αναιρούν απαραίτητα η μία την άλλη. Οι μεγάλοι στόχοι, που θέτουν οι έφηβοι στους εαυτούς τους, ταυτόχρονα τους δημιουργούν και προβλήματα.

Οι γονείς μπορούν να βοηθήσουν το παιδί τους καθώς μεγαλώνει, να του εξηγήσουν τον κόσμο, να το προειδοποιείτε για τους κινδύνους του, να αποτελέσετε το καλό παράδειγμα και να του δίνετε κουράγιο όταν χρειάζεται. Ο ρόλος του γονιού περιλαμβάνει τη φροντίδα, τη διδασκαλία και την καθοδήγηση που θα καταστήσει τελικά τα παιδιά ικανά να λαμβάνουν σωστές αποφάσεις.

Οι αλλαγές που συμβαίνουν κατά τη διάρκεια της εφηβείας προκαλούν συχνά σύγχυση, τόσο στους εφήβους όσο και στους γονείς τους. Με την έναρξη της εφηβείας, στην ηλικία των δέκα με δώδεκα για τα κορίτσια και δώδεκα με δεκατριών για τα αγόρια, παρατηρείται ταχεία σωματική αύξηση. Παράλληλα, ο τρόπος σκέψης του εφήβου αρχίζει να αλλάζει προς τον τρόπο σκέψης του ενηλίκου. Βαθμιαία οι έφηβοι αναπτύσσουν την ικανότητα να συγκρίνουν, να λαμβάνουν αποφάσεις βασισμένοι στην πραγματικότητα και να εκτιμούν τις συνέπειες. Παρατηρούν επίσης πώς συμπεριφέρονται μεγαλύτεροι νέοι και ποιες συμπεριφορές φαίνεται να γίνονται αποδεκτές από τους ενηλίκους και την κοινωνία.

Η σταθερότητα σε μια οικογένεια μπορεί να κλονιστεί όταν ο νεαρός έφηβος αρχίζει να αποζητά την ανεξαρτησία, να αμφισβητεί τις αξίες των γονιών και να επηρεάζεται ολοένα και πιο πολύ από τις απόψεις των συνομηλίκων του. Η σχέση του εφήβου με τα μέλη της οικογένειας αλλάζει, όχι μόνο σε σχέση με τους γονείς, αλλά και με τα αδέρφια του, ιδιαίτερα όταν προσπαθεί να αναλάβει το ρόλο του γονέα απέναντί τους. Οι γονείς πρέπει να συμπεριφέρονται στο παιδί τους ανάλογα με το γνωσιακό του επίπεδο και όχι ανάλογα με τη φυσική του εμφάνιση.

Οι έφηβοι έχουν τη φήμη ότι είναι απείθαρχοι και επαναστάτες, και αυτό οφείλεται στο γεγονός ότι θέλουν να σχηματίσουν δικές τους απόψεις και να κερδίσουν την ανεξαρτησία τους. Δεν είναι πια διατεθειμένοι να υποταχθούν αναντίρρητα στους γονείς τους. Απαιτούν το δικαίωμα να έχουν τη δική τους

κρίση και κυρίως να κάνουν δικές τους επιλογές, να διαλέγουν τα ρούχα τους, τους φίλους τους και τις διασκεδάσεις τους. Και θυμώνουν όταν οι μεγάλοι θέλουν να τους υπαγορεύσουν ποιους φίλους, ποια ρούχα ή ποιες διασκεδάσεις θα έπρεπε να έχουν.

Η φύση της σχέσης του εφήβου με τους γονείς του έχει θεμελιακή σημασία. Ο έφηβος προσπαθεί να μεγαλώσει. Ο ρόλος του γονιού είναι να τον βοηθήσει να μεγαλώσει και όχι να προσπαθεί να τον καθυστερήσει. Αυτό σημαίνει ότι οι γονείς πρέπει να αφήνουν το παιδί ελεύθερο να κάνει τα πράγματα όπως τα θέλει αυτό και να το βοηθούν μόνο σε κατάλληλες στιγμές. Η άσκηση στην πειθαρχία θα πρέπει να γίνεται πολύ πριν φτάσει το παιδί στην εφηβεία και να έχει εδραιωθεί, είναι περιττό να προσπαθεί ο γονιός να επιβάλλει την πειθαρχία στην εφηβεία. Η επιρροή που μπορεί να ασκήσει ένας γονιός πάνω στον έφηβο εξαρτάται απόλυτα από την προηγούμενη σχέση τους. Όσο ανεξάρτητος και αν είναι ο έφηβος θέλει πάντα να ενδιαφέρονται οι γονείς του για αυτόν και για τις πράξεις του. Η βεβαιότητα του παιδιού ότι κάποιος το πιστεύει είναι ένα από τα σπουδαιότερα προωθητικά στο δύσκολο αγώνα του, ακόμα και στην κορύφωση της αποτυχίας του.

Οι συγκρούσεις με τους γονείς είναι φυσικές και αναμενόμενες, ιδιαίτερα στα πρώτα χρόνια της εφηβείας. Καθώς διευρύνονται οι πνευματικοί τους ορίζοντες, οι έφηβοι αρχίζουν να βλέπουν ότι οι αξίες και ο τρόπος ζωής της οικογένειας δεν είναι οι μόνες πιθανές. Ο έφηβος είναι σε θέση να καταλάβει ότι, όχι μόνο υπάρχουν περιθώρια για εναλλακτικές αξίες, απόψεις ή πράξεις, αλλά ότι και ο τρόπος άλλων γονιών μπορεί ουσιαστικά να είναι ανώτερος από αυτόν των δικών του. Ο νέος θα φτάσει τελικά στο συμπέρασμα ότι, ενώ οι γονείς του δεν ξέρουν όλες τις απαντήσεις, οι γνώμες και οι γνώσεις τους μπορούν ακόμα να τους βοηθήσουν.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Ι

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η εργασία αυτή προσπαθεί να ορίσει την εφηβεία και την σχέση που υπάρχει με την οικογένεια. Οι παράγοντες που επηρεάζουν αυτή τη σχέση είναι πολλοί και ποικίλοι. Για μία καλύτερη και όσο το δυνατόν ακριβέστερη προσέγγιση, το πρώτο κεφάλαιο ασχολείται με τις επιδιώξεις της παρούσας εργασίας, καθώς και με τον ορισμό των όρων που αποτελούν το κύριο θέμα, εφηβεία και οικογένεια.

Το δεύτερο κεφάλαιο αναφέρεται στους παράγοντες που προαναφέρθηκαν οι οποίοι είναι η κάθε είδους ανάπτυξη του εφήβου, τα προβλήματα του και η σχέση τους με την οικογένεια και τα πρότυπα που προκύπτουν από αυτή. Πιο αναλυτικά, αναφέρεται στην ανασκόπηση μελετών, στις θεωρητικές προσεγγίσεις της εφηβείας, στην ανάπτυξη του εφήβου, στα προβλήματα της εφηβείας, στις σχέσεις γονέων-εφήβων, στους γονεϊκούς τύπους, στο ρόλο της οικογένειας σε όλες τις μορφές ανάπτυξης του εφήβου, καθώς και στο ρόλο της μητέρας και του πατέρα.

Τέλος, υπάρχει ανάλυση της μεθοδολογία που είναι απαραίτητη για την έρευνα, καθώς και η καταγραφή των συμπερασμάτων και των προτάσεων.

ΤΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ

Η εφηβεία είναι ένα κοινωνικό ψυχολογικό φαινόμενο ανάπτυξης που έχει ως βιολογική ρίζα και έναρξη την ήβη. Όντας ενδιάμεσο στάδιο της παιδικής και της ενήλικης περιόδου, τα όριά της είναι δυσδιάκριτα (Miller, 1983, σελ.154-175). Στη διάρκειά της συμβαίνουν μείζονες ψυχολογικές ανακατατάξεις, σε μια προσπάθεια προσαρμογής, ελέγχου και εξισορρόπησης των εσωτερικών μεταβολών του εφήβου. Αυτή η περίοδος χαρακτηρίζεται από μια κατάσταση, κατά την οποία το άτομο προσπαθεί να αποκαταστήσει τη διαταραγμένη ισορροπία της παιδικής του ηλικίας, στις απαιτήσεις μιας ευμετάβλητα δυναμικής κατάστασης που είναι η εφηβεία.

Η εφηβεία λειτουργεί ως ενδιάμεσο στάδιο από την παιδικότητα στην ενήλικη ώριμη προσωπικότητα. Η αναστάτωση που πραγματοποιείται, κατά τη διάρκεια της εφηβείας, είναι κυρίως εσωτερική, η οποία σε κανονικές συνθήκες παίρνει την μορφή αισθήματος μιζέριας, αυτό-υποτίμησης και ευμετάβλητου συναισθήματος (Rutter et al, 1976, σελ.35-56).

Η ανάπτυξη του ατόμου διαδραματίζεται σε ροή, και ενώ τα ψυχοδυναμικά φαινόμενα της ανάπτυξης είναι κοινά και παγκόσμια, κάθε κοινωνία και κάθε κοινωνικός ιστός χαρακτηρίζεται από τις δικές του παραμέτρους για την εφηβεία. Έτσι, ενώ οι εσωτερικές διαστάσεις δε μεταβάλλονται με τόσους ραγδαίους ρυθμούς, οι εξωτερικές παράμετροι και οι σχέσεις με τα σημαντικά αντικείμενα του περιβάλλοντος, που καθορίζουν και την ανάπτυξη του εφήβου διαφέρουν μεταξύ τους (Αναστασόπουλος Δ., 1997, σελ.28-57). Κατά τη διάρκεια της εφηβείας το άτομο γίνεται περισσότερο κυκλοθυμικό και επίμονο. Ο έφηβος διεκδικεί την ανεξαρτησία και την ατομικότητά του, ανακαλύπτει ότι οι γονείς του είναι συνηθισμένοι άνθρωποι, που μπορεί και να κάνουν λάθη γι' αυτό και αμφισβητεί τις αξίες και τα ήθη που αυτοί πρεσβεύουν.

Οι έφηβοι βρίσκουν την ταυτότητά τους διαχωρίζοντας τους εαυτούς τους από τους γονείς τους και δημιουργώντας σημαντικές σχέσεις εκτός οικογενείας. Μέσω των διαφόρων εμπειριών και των ορίων που τίθενται από τους γονείς τους, μαθαίνουν να είναι ανεξάρτητοι και ότι πλέον έχουν διέλθει τη φάση της ενηλικίωσης. Στο μεσοδιάστημα πραγματοποιούνται συνεχείς αλλαγές στην συμπεριφορά του εφήβου. Οι έφηβοι δε μπορούν εύκολα να διατηρήσουν την ψυχραιμία τους και να παραμείνουν συγκροτημένοι, ενώ οι αξίες και οι στόχοι τους ορίζονται και επαναπροσδιορίζονται. Πέραν αυτού η κυκλοθυμία τους είναι απολύτως φυσιολογική και οφείλεται όχι μόνο σε ορμονικές αλλαγές αλλά και σε αγχωτικές καταστάσεις.

ΣΚΟΠΟΣ-ΣΤΟΧΟΙ ΜΕΛΕΤΗΣ

Σκοπός της μελέτης είναι η εννοιολογική αποσαφήνιση του όρου εφηβεία και η ανάλυση του τρόπου με τον οποίο αναπτύσσεται ο έφηβος κατά τα διάφορα στάδια της περιόδου αυτής. Ιδιαίτερο βάρος θα δοθεί στον γονεϊκό ρόλο τόσο του πατέρα όσο και της μητέρας κατά την περίοδο ανάπτυξης του εφήβου. Το δεύτερο σκέλος, το οποίο αποτελεί και τη βάση της μελέτης, θ' οριστεί προκειμένου να διαφανεί το πώς η οικογένεια και ειδικά ο πατέρας και η μητέρα, επηρεάζουν τη προσωπικότητα του έφηβου και το πέρασμα του στο στάδιο της ωρίμανσης.

Οι στόχοι της μελέτης είναι οι ακόλουθοι:

1. Να προσεγγιστεί θεωρητικά η έννοια της εφηβείας.
2. Να αναπτυχθεί θεωρητικά ο τρόπος ανάπτυξης του εφήβου.
3. Να αναφερθούν τα προβλήματα που αντιμετωπίζουν οι έφηβοι.
4. Να προσεγγιστεί η σχέση που αναπτύσσουν οι έφηβοι με τους γονείς τους.
5. Να παρουσιαστούν οι διάφοροι γονεϊκοί τύποι.
6. Να οριστεί ο ρόλος της οικογένειας στην ανάπτυξη του εφήβου και τη μετάβασή του στο στάδιο της ωρίμανσης.
7. Να οριστεί ξεχωριστά ο ρόλος του πατέρα και της μητέρας στην ανάπτυξη του εφήβου.

ΟΡΙΣΜΟΙ ΟΡΩΝ

Εφηβεία: η εφηβεία είναι η περίοδος μετάβασης μεταξύ της παιδικής ηλικίας και της ζωής ως ενήλικος.

Οικογένεια: Οι έφηβοι αποτελούν προϊόν της γενετικής τους κληρονομιάς, της οικογένειας και της κοινωνίας στην οποία ζουν, καθώς και της φροντίδας

και της διαπαιδαγώγησης που λαμβάνουν από τους γονείς τους (Butler S., 1910). Δεν μπορούν να αλλάξουν τα γονίδια που πήραν από τον πατέρα και τη μητέρα τους. Και ούτε μπορούν να αλλάξουν τον κόσμο στον οποίο ζουν. Επομένως, η οικογένεια αποτελεί το κρίσιμο σημείο.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Ι Ι

1. ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΜΕΛΕΤΩΝ

Προσεγγίζοντας ιστορικά την εφηβεία διαφαίνεται, ότι δεν υφίσταται με την ίδια μορφή μέσα στους αιώνες. Συγκεκριμένα είχε άλλη οντότητα ο όρος εφηβεία στην αρχαιότητα, άλλη στο μεσαίωνα και άλλη στις προβιομηχανικές και μεταβιομηχανικές κοινωνίες. Φτάνοντας στις μέρες μας ο όρος εφηβεία, έχει μεταπλαστεί σε μια τελείως διαφορετική έννοια εκφράζοντας μια διαφορετική κουλτούρα αλλά και μια διαφορετική τάξη ανθρώπων, οι οποίοι βρίσκονται στα πρώιμα στάδια της ζωής τους.

Ξεκινώντας από την αρχαιότητα μεγάλοι συγγραφείς και φιλόσοφοι όπως ο Αριστοτέλης, ο Πλάτωνας, ο Πλούταρχος κ.λ.π., αναφέρθηκαν στον έφηβο, ορίζοντας τον τελείως διαφορετικά από τους σύγχρονους μελετητές των σταδίων του ανθρώπου από τη γέννηση μέχρι και το θάνατο του. Συγκεκριμένα για εκείνη τη περίοδο η εφηβεία ως θεσμός είχε μεγάλη σημασία ειδικά στην αρχαία Ελλάδα του 5^{ου} αιώνα π.Χ. (Νομικού Χ. 2004, σελ.25). Ουσιαστικά η εφηβεία εκείνη τη περίοδο εκφραζόταν μέσα από τη λεγόμενη *στρατιωτική εφηβεία* (Νομικού Χ. 2004, σελ.25). Η λεγόμενη στρατιωτική εφηβεία εκφραζόταν με την ικανότητα εκμάθησης των όπλων, παρά με βιοψυχοκοινωνικά κριτήρια όπως συνηθίζει να γίνεται από τους σύγχρονους ψυχολόγους και κοινωνιολόγους (Flaceliere R., 1971, σελ.299).

Αναφορικά με τους εφήβους στην Αρχαία Ελλάδα μπορούν να σημειωθούν τα ακόλουθα. Στις τότε πόλεις κράτη, ο όρος έφηβος, οριζόταν ανάλογα με τις ανάγκες της εκάστοτε κοινωνίας. Συγκεκριμένα:

- Στην αρχαία Αθήνα ψηφίστηκε το 343/3 π. Χ. (Flaceliere R., 1971, σελ.299), από την εκκλησία του Δήμου νόμος ο οποίος όριζε τον έφηβο με

βάση τις στρατιωτικές του υποχρεώσεις. Συγκεκριμένα κάθε έφηβος/ νέος ο οποίος βρισκόταν στο 18 έτος της ηλικίας του όφειλε ν' υπηρετήσει για 2 χρόνια στα Αθηναϊκά στρατεύματα.

- Στη Κρήτη η εφηβική ηλικία οριζόταν από το 17^ο χρόνο και οι έφηβοι εντασσόμενοι σ' αγέλες, ονομάζονταν *αγελασταί* (Νομικού Χ., 2004, σελ.26).

- Στην Αρχαία Σπάρτη υπήρχαν βαθμίδες, οι οποίες όριζαν την εφηβική ηλικία. Συγκεκριμένα είχαμε τους εἰρηνες (17 χρονών), τους μελλείρηνες (18 χρονών) και τους πρωτείρηνες (20 χρονών). Οι Σπαρτιάτες οι οποίοι φημίζονταν για τη στρατιωτική τους πειθαρχία και οργάνωση, ενσωμάτωναν κάθε 20 χρόνο στον ενεργό στρατό, υποχρεώνοντας τον σε μια συνεχή και επίπονη θητεία (Flaceliere R., 1971, σελ.299).

Προχωρώντας και αναφερόμενοι στη διαπαιδαγώγηση των εφήβων στην Αρχαία Ελλάδα, μπορούμε να πούμε ότι διέφερε ανάλογα το οικονομικό υπόβαθρο αλλά και τη περιοχή, όπου κατοικούσε ο έφηβος. Οι έφηβοι δε παντρεύονταν πριν τα 18 τους και ήταν ενεργά μέλη στις τελετουργίες, σπονδές και θυσίες. Πέρα λοιπόν από ελάχιστες ομοιότητες, οι οποίες ουσιαστικά αναφέρονταν στο ρόλο του εφήβου στις τότε κοινωνίες, η αντιμετώπιση που είχε ο έφηβος ήταν τελείως διαφορετική.

Στη Σπάρτη το παιδί από τα 7 του χρόνια ήταν απόλυτα υποταγμένο, ως προς την εκπαίδευση του στο κράτος. Αντίθετα στην Αθήνα ο γονιός ήταν αυτός, που αποφάσιζε για τη διαπαιδαγώγηση αλλά και την ανατροφή του παιδιού του. Αυτό είχε σαν αποτέλεσμα, η προσωπικότητα του εφήβου στη Σπάρτη να ήταν τελείως διαφορετική, από αυτή του αντίστοιχου στην Αθήνα. Ο πρώτος ήταν απόλυτα αυτοματοποιημένος και λειτουργούσε πάντα με βάση αυτά, τα οποία του υποδείκνυε και του καθόριζε το κράτος. Από την άλλη ο έφηβος στην Αρχαία Αθήνα ήταν ελεύθερος ν' αποφασίσει για το μέλλον του αλλά και για τον τρόπο με τον οποίο θα ζήσει, μετά την ολοκλήρωση της στρατιωτικής του θητείας.

Προχωρώντας στη σύγχρονη εποχή η λέξη εφηβεία έρχεται να διαχωρίζει το στάδιο της παιδικής ηλικίας, με το στάδιο της νεανικής. Στη περίοδο αυτή η εφηβική περίοδος θεωρείται ως ένα κοινωνικό-ιστορικό φαινόμενο. Η

σύγχρονη κοινωνία αποδέχεται, το μη παραγωγικό της ρόλο της εφηβείας, αλλά και της απαιτήσεις του εφήβου στο χώρο της εκπαίδευσης. Στη πορεία ο ρόλος του εφήβου αποκτά συνεχώς σημαίνοντα ρόλο, μια και αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι των κοινωνικών και τεχνολογικών εξελίξεων.

Ο ρόλος που έπαιζε και παίζει ο έφηβος, οδηγεί πολλούς μελετητές στην ανάπτυξη ψυχολογικών προσεγγίσεων και ερευνών, σχετικών με το πώς εξελίσσεται ο έφηβος τι τον επηρεάζει αλλά και πως ο ίδιος μπορεί να επηρεάσει το ευρύτερο κοινωνικό σύνολο.

Στις μέρες μας ο όρος εφηβεία, δεν έχει μπει ακόμα σε καλούπια ουσιαστικά δε μπορεί με σιγουριά να ορίσει, πότε το παιδί γίνεται έφηβος αλλά και μέχρι πιο στάδιο της ζωής του, συνεχίζει να θεωρείται από το κοινωνικό περίγυρο ως έφηβος. Η βασική οριοθέτηση της εφηβείας, γίνεται με ηλικιακά στάνταρτ τα οποία αναφέρουν ένα άτομο ως έφηβο όταν φτάσει σε μια συγκεκριμένη ηλικιακή, βαθμίδα. Στη πραγματικότητα αυτό δεν είναι απολύτως σωστό μια και πολλοί θεωρητικοί αναφέρουν ότι τα χρονικά όρια δίστανται. Άλλοι πάλι επικεντρώνονται σ' άλλους παράγοντες όπως είναι οι βιολογικές, ψυχολογικές και κοινωνικές αλλαγές που υφίστανται το άτομο και ουσιαστικά το τοποθετούν σε διάφορα ηλικιακά στάδια, της ζωής του. Ολοκληρώνοντας την αναδρομή μας στον όρο εφηβεία, θα πρέπει ν' αναφερθούμε και σε κάποιες σύγχρονες θεωρίες οι οποίες είδαν τον έφηβο και μέσα από τις γνωστικές και συναισθηματικές του αλλαγές.

2. ΕΦΗΒΕΙΑ: ΘΕΩΡΗΤΙΚΕΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ

Η εφηβεία είναι η περίοδος μετάβασης μεταξύ της παιδικής ηλικίας και της ζωής ως ενήλικος. Καλύπτει βασικά τα εφηβικά έτη. Βιολογικά, χαρακτηρίζεται από την αρχή της ήβης, η οποία σίγουρα αποτελεί τη μεγαλύτερη και χαρακτηριστικότερη πλευρά της εφηβείας, αλλά δεν αποτελεί παρά το βιολογικό της μέρος. Πρόκειται για μια μεγάλη αναπτυξιακή περίοδο, διάρκειας 7 ως 8 χρόνων, (αρχίζει από το 11^ο έτος και ολοκληρώνεται περίπου στο 18^ο), η οποία περιλαμβάνει τις αλλαγές που διαδραματίζονται στους τέσσερις βασικούς τομείς της ανάπτυξης: το βιολογικό, το γνωστικό, τον ψυχολογικό-συναισθηματικό και τον κοινωνικό.

Η έννοια της εφηβείας αναφέρεται σε όλες τις προαναφερόμενες αλλαγές, που εκτυλίσσονται στη χρονική περίοδο μεταξύ της παιδικής ηλικίας και της ενήλικης ζωής (Smith P., Cowie H., Blades M., 1999, σελ.232). Παρά το μεταβατικό της χαρακτήρα, η εφηβική ηλικία αποτελεί μια ξεχωριστή περίοδο ανάπτυξης, με συγκεκριμένα χαρακτηριστικά γνωρίσματα και ιδιαίτερους αναπτυξιακούς στόχους που την καθιστούν διαφορετική από άλλες αναπτυξιακές περιόδους.

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 πέρασμα του ατόμου από τον κόσμο του παιδιού, με την ανεμελιά και την εξάρτηση, στον κόσμο του ενήλικου, με την υπευθυνότητα και την αυτοδιαχείριση.

Το πέρασμα αυτό ασφαλώς δεν γίνεται «εν μια νυκτί», αλλά βαθμιαία, σε ένα διάστημα 7-8 ετών. Στο διάστημα αυτό, το αναπτυσσόμενο άτομο, ο έφηβος, δεν είναι πια παιδί, ούτε όμως ακόμη ενήλικος. 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 Ι., σελ.11).

Από την άλλη πλευρά, αρκετοί επιστήμονες υποστηρίζουν ότι η εφηβεία δεν αποτελεί ένα ξεχωριστό αναπτυξιακό στάδιο. Διαφωνούν με την άποψη ότι στην εφηβεία το παιδί αποκτά μια νέα προσωπικότητα. Αντίθετα, πιστεύουν πως η ανάπτυξη του παιδιού σε έφηβο είναι το ίδιο σταδιακή και ανεπαίσθητη όσο και η ανάπτυξη του εφήβου σε ενήλικα. Μία σύγχυση σχετικά με τα όρια της εφηβείας είναι διάχυτη, ενώ φαίνεται σε φράσεις όπως «ενδιάμεσο στάδιο» και «ουδέτερη ζώνη μεταξύ παιδικής και εφηβικής ηλικίας» (Herbert M., 1999, σελ.22).

Μετά από την εφηβεία, ένα πρόσωπο είναι σεξουαλικά ώριμο και θα μπορούσε ενδεχομένως να γίνει μητέρα ή πατέρας ενός παιδιού. Κοινωνικά, η εφηβεία χαρακτηρίζεται από μια αυξανόμενη ανεξαρτησία από τους γονείς δεδομένου ότι το νεαρό άτομο προετοιμάζεται να αφήσει το σπίτι, να ολοκληρώσει την εκπαίδευσή του/της, να διαμορφώσει τις σεξουαλικές του σχέσεις και να επιδιώξει κάποια κλίση ή απασχόληση.

Η εφηβεία έχει θεωρηθεί ως δύσκολη περίοδος, όπως πράγματι συχνά συμβαίνει στα χρόνια αυτής της μετάβασης. Ο ιστορικός Philippe Aries (Aries P., σελ.231) υποστήριξε ότι η εφηβεία είναι μια σύγχρονη εφεύρεση, όπως και ότι στο Μεσαίωνα τα παιδιά αναμίχθηκαν με τους ενήλικους, μόλις θεωρήθηκαν ικανά να μείνουν χωρίς τις μητέρες ή τις παραμάνες τους. Εντούτοις, οι ιστορικοί από τότε έχουν επικρίνει τις απόψεις του Aries ως «απλοϊκές και ανακριβείς» (Hanawalt B.A., 1992, σελ.343).

Η πιθανή σύγκρουση με τον κόσμο των ενηλίκων αναγνωρίστηκε από τους συγγραφείς και από τις ψυχαναλυτικές και κοινωνιολογικές παραδόσεις κατά τη διάρκεια των δεκαετιών του '50 και του '60. Φράσεις όπως 'η κρίση ταυτότητας της εφηβείας' και η αναταραχή ή 'θύελλα και πίεση' (storm and stress) της εφηβικής περιόδου, έχουν γίνει γνωστές από τότε. Φαίνεται, όμως, πως σε αυτή τη σύγκρουση δόθηκε υπερβολική έμφαση. Η εμφάνιση της εφηβείας συμβαίνει αργότερα στα αγόρια από ότι στα κορίτσια. Οι φυσικές και βιολογικές διαφορές μεταξύ των αγοριών και των κοριτσιών γίνονται εμφανέστερες στην εφηβεία, λόγω των ορμονικών αλλαγών.

Αρκετοί ερευνητές έχουν υποστηρίξει ότι οι ορμόνες μπορούν να έχουν μια αρκετά άμεση επίδραση στην ψυχολογική λειτουργία στην εφηβεία, καθώς επίσης και οποιαδήποτε έμμεση επίδραση ως απάντηση στις φυσικές αλλαγές.

2.1. Steinberg

Ο Steinberg (Steinberg, σελ.238) ανέφερε ότι η εφηβική ωρίμανση συνδέθηκε με την αυξημένη συναισθηματική απόσταση από τους γονείς, σε ένα αμερικανικό δείγμα. Φυσικά, αυτό θα μπορούσε απλώς να σηματοδοτεί μια επίδραση της χρονολογικής ηλικίας: οι μεγαλύτερης ηλικίας έφηβοι είναι ωριμότεροι και λιγότερο κοντά στους γονείς. Εντούτοις, χρησιμοποιώντας ατομικές διακυμάνσεις στην ηλικία της εμφάνισης της εφηβείας, ο Steinberg έδειξε ότι η επίδραση της εφηβικής ωρίμανσης ήταν ανεξάρτητη από τη χρονολογική ηλικία. Σε αυτή τη διαχρονική μελέτη, η εφηβεία συνδέθηκε με την εφηβική αυτονομία, τη σύγκρουση γονέων-παιδιών και τη μείωση στη στενότητα των σχέσεων (Smith P., Cowie H., Blades M., 1999, σελ.238), (Οι συγγραφείς παραθέτουν επιπρόσθετα στοιχεία όσον αφορά ότι η εφηβική ωρίμανση προκαλεί αλλαγές στις σχέσεις γονέων-παιδιών, όπως θα δούμε και αργότερα. Στην πραγματικότητα ο Steinberg εντόπισε αλληλεπίδραση μεταξύ των δύο μεταβλητών).

Σε τι βαθμό αυτή και άλλες μελέτες μπορούν πραγματικά να δείξουν ότι οι ορμονικές αλλαγές είναι με κάποιο τρόπο υπεύθυνες συζητείται από τον Buchanan και τους συνεργάτες του (Buchanan C.M., Eccles J.S., Becker J.B., σελ.238). Οι ίδιοι επιθεώρησαν επίσης ένα μικρό αριθμό μελετών που έχουν μετρήσει τα επίπεδα των ορμονών σε σχέση με τα συμπεριφοριστικά μέτρα. Υποστηρίζουν ότι υπάρχουν δεδομένα προς στήριξη της υπόθεσης ότι τα επίπεδα ορμονών έχουν επιπτώσεις σε τέτοιες εκβάσεις όπως η κυκλοθυμικότητα και η επιθετικότητα, και ότι αυτά τα αποτελέσματα αλληλεπιδρούν με ένα σύνθετο τρόπο με τις γνωστικές αλλαγές και τις αλλαγές στην αξιολόγηση του εαυτού που εμφανίζονται ταυτόχρονα. Ολοκληρώνουν προσεκτικά, αναφέροντας μια φράση από μία επιθεώρηση 20 ετών νωρίτερα, ότι «έχουμε μόλις αρχίσει να κατανοούμε τους ποικίλους τρόπους με τους οποίους οι ορμόνες έχουν επιπτώσεις και επηρεάζουν τα

ανθρώπινα συναισθήματα και συμπεριφορές» (Buchanan C.M., Eccles J.S., Becker J.B.,σελ.238).

2.2. Elkind

Καθώς μπαίνουν στην περίοδο επίσημης λειτουργικής σκέψης (formal operational thought), οι έφηβοι επίκεινται σε γνωστικές αλλαγές: είναι όλο και περισσότερο ικανοί να σκεφτούν για αφηρημένα ζητήματα και υποθετικές καταστάσεις. Κατά συνέπεια, κάλλιστα μπορούν να σκεφτούν τον τρόπο με τον οποίο γίνονται αντιληπτοί από υποθετικούς τρίτους, ενώ έχουν προβλήματα προσαρμογής στη μεταβαλλόμενη φυσική τους εμφάνιση. Ο Elkind (Elkind D., σελ.160-161) διατύπωσε την άποψη ότι οι έφηβοι συχνά φαντάζονται πώς θα φαινόταν η εμφάνιση ή η συμπεριφορά τους σε ένα 'φανταστικό ακροατήριο' τρίτων – εξ ου και η συνείδηση του εαυτού τους.

Ο Elkind, επίσης, υποστήριξε ότι οι έφηβοι συχνά σκέφτονται ότι οι ενέργειές τους είναι πολύ σημαντικές στα μάτια των άλλων και συχνά δημιουργούν έναν "προσωπικό μύθο", μια φανταστική ιστορία της ζωής τους, που ίσως να περιέχει τις φαντασιώσεις της παντοδυναμίας ή της αθανασίας. Αυτές οι έννοιες του 'φανταστικού ακροατηρίου' και του 'προσωπικού μύθου' οδήγησαν τον Elkind να ισχυριστεί ότι ένα νέο είδος εγωκεντρισμού εμφανίζεται στην εφηβεία. Σε αυτόν τον 'εφηβικό εγωκεντρισμό', οι νέοι άνθρωποι είναι ανίκανοι να διαφοροποιήσουν τα συναισθήματά τους για τον εαυτό τους από τα συναισθήματα των άλλων. Ο Elkind συνέγραφε σε μία εποχή που η άποψη της 'θύελλας και πίεσης' (storm and stress) ήταν δημοφιλής (άποψη κατά την οποία η εφηβεία είναι μία περίοδος της ζωής που ανεξαιρέτως περιλαμβάνει συγκρούσεις και πιέσεις), ενώ η εμπειρική έρευνα για τις έννοιές του έχει παραγάγει μάλλον ανάμικτα αποτελέσματα (Παρασκευόπουλος Ι., σελ.161).

Όπως αναφέρθηκε παραπάνω η αρχή της εφηβείας συνοδεύεται από χαρακτηριστικές φυσικές αλλαγές. Αυτές με τη σειρά τους έχουν ψυχολογικά αποτελέσματα στο νεαρό άτομο. Ο έφηβος αρχίζει να συνειδητοποιεί τη σεξουαλική ανάπτυξή του/της και τις σχετικές αλλαγές στο μέγεθος και τη μορφή του σώματος, στο βάθος της φωνής, τη σύσταση του δέρματος και της τριχοφυΐας στο πρόσωπο και το σώμα. Πολλοί συγγραφείς που έχουν ως

αντικείμενο την εφηβεία έχουν αποδώσει την αμηχανία ή την υπερβολική συνείδηση του εαυτού (self-consciousness), που θεωρείται συχνά ότι χαρακτηρίζει αυτήν την περίοδο, στη συνειδητοποίηση αυτών των αλλαγών.

Τα αγόρια που ωριμάζουν πρώιμα τείνουν να έχουν ένα κοινωνικό πλεονέκτημα, δεδομένου ότι το τίναγμα ανάπτυξής τους ευνοεί τη δύναμη και την αθλητική επιτυχία, συνήθως ιδιαίτερα στις ομάδες των αγοριών. Ένα αγόρι που έχει καθυστερημένη έναρξη εφηβείας μπορεί να αισθανθεί λιγότερο βέβαιο κοινωνικά και να εκτιμηθεί ως λιγότερο ώριμο, ελκυστικό ή δημοφιλές (Smith P., Cowie H., Blades M., 1999, σελ.239).

Μια διαχρονική μελέτη στη Σουηδία, που μελέτησε κορίτσια πριν, κατά τη διάρκεια και μετά την εφηβεία τους, βρήκε μια πιο σύνθετη εικόνα (Magnusson D., Stattin H., Allen V.L., σελ.239). Τα δεδομένα όσον αφορά σε 466 κορίτσια λήφθηκαν πριν από την εφηβεία, στην εφηβεία (14 έτη) και μετέπειτα (25 έτη). Στα 14 έτη ήταν σαφές ότι τα κορίτσια που είχαν φθάσει στην εφηβεία νωρίς (πριν από τα 11 έτη) ήταν πιθανότερο να επιδίδονται σε κατανάλωση οινόπνευματος, κάπνισμα χασίς, φυγοπονία και σε μη-συμμόρφωση με τους γενικούς κοινωνικούς κανόνες από ό,τι τα κορίτσια που ωρίμασαν εγκαίρως ή αργά. Εντούτοις, αυτό βρέθηκε να συμβαίνει επειδή αυτά τα κορίτσια ήταν πιθανότερο να κάνουν παρέα με μεγαλύτερες ηλικιακά παρέες νέων, που ήταν πιθανότερο να συμμετέχουν σε αυτές τις δραστηριότητες.

Με άλλα λόγια, η πρόωρη ωρίμανση οδήγησε συχνά στη σύναψη διαπροσωπικών σχέσεων με πιο μεγάλους νέους, και εάν και όταν συνέβαινε αυτό, ακολουθούσε η παράβαση των κανονισμών. Αυτή ήταν μια προσωρινή επίδραση: μέχρι την ηλικία των 25 χρόνων, οι διαφορές μεταξύ νέων με πρόωρη και καθυστερημένη εφηβεία όσον αφορά στην κατανάλωση οινόπνευματος είχαν εξαφανιστεί. Εντούτοις υπήρξε μια μονιμότερη επίδραση της πρόωρης ωρίμανσης στην εκπαίδευση.

Τα κορίτσια με πρόωρη ωρίμανση έτειναν να μετέχουν σε σεξουαλικές δραστηριότητες νωρίτερα, να παντρεύονται και να κάνουν παιδιά νωρίτερα, ενώ ήταν λιγότερο πιθανό να μετέχουν στην ανώτατη εκπαίδευση από τα

κορίτσια με καθυστερημένη ωρίμανση (2 τοις εκατό έναντι 15 τοις εκατό). Για παράδειγμα, η πρόωρη ωρίμανση βρέθηκε να οδηγεί σε σύναψη διαπροσωπικών σχέσεων με νέους μεγαλύτερης ηλικίας και σε νωρίτερη ανάπτυξη σεξουαλικών σχέσεων.

Επίσης, ο συγχρονισμός της ωρίμανσης μπορεί να έχει αντίκτυπο στην ακαδημαϊκή επίδοση. Μια μελέτη του 1964 στο Ηνωμένο Βασίλειο (Douglas J.W.B., Ross J.M., σελ.239, η οποία βασίστηκε στην Εθνική Έρευνα για την Υγεία και την Ανάπτυξη που παρακολούθησε 5.000 αγόρια και κορίτσια, γεννημένα κατά τη διάρκεια μιας εβδομάδας του Μαρτίου του 1946) βρήκε ότι στη δευτεροβάθμια εκπαίδευση, τόσο τα αγόρια όσο και τα κορίτσια που είχαν ωριμάσει πρόωρα εμφάνισαν υψηλότερα αποτελέσματα σε τεστ διανοητικής ικανότητας και επίδοσης στο σχολείο από ότι αγόρια και κορίτσια που ωρίμασαν καθυστερημένα.

Άλλες μελέτες έχουν εκθέσει παρόμοια αποτελέσματα. Εντούτοις, η καλύτερη απόδοση των νέων που ωριμάζουν πρόωρα ίσως να μην οφείλεται στις φυσικές αλλαγές της εφηβείας και τα επακόλουθα της μεγαλύτερης φυσικής ωριμότητας. Καταρχάς, φαίνεται να υπάρχει αλληλεπίδραση μεταξύ της ακαδημαϊκής επίδοσης και της κοινωνικής τάξης, που είναι μεγαλύτερη για τις 'κατώτερες' κοινωνικές τάξεις (Douglas J.W.B., Ross J.M., σελ.239). Επίσης, το οικογενειακό μέγεθος μπορεί να εξηγήσει ένα μεγάλο μέρος της επίδρασης. Η εφηβεία τείνει να ξεκινάει αργότερα σε μεγάλες οικογένειες, ενώ ως μέλη μιας μεγάλης οικογένειας τα παιδιά υπόκεινται σε μία ελαφρά ωστόσο συνεπή μειωμένη νοημοσύνη και σχολική επίτευξη. Όταν τα παιδιά που έχουν παρόμοιο μέγεθος οικογένειας συγκρίνονται, οι διαφορές μεταξύ των νέων με πρόωρη και με καθυστερημένη εφηβική ωρίμανση είναι μικρές (Μια παρόμοια μελέτη το 1982 στη Σουηδία, χρησιμοποίησε ένα δείγμα 740 παιδιών που παρακολούθηθηκαν από τα 9 έως τα 14 τους χρόνια. Σε σχέση με την επίδοση στα σουηδικά, τα αγγλικά και τα μαθηματικά, η επιρροή της κοινωνικής τάξης ήταν γενικά πολύ μεγαλύτερη από την επιρροή της πρόωρης ωρίμανσης. Οι πρόωροι έφηβοι ηλικίας 13-14 ετών ήταν καλύτεροι στα σουηδικά και στα αγγλικά όταν προέρχονταν από οικογένειες εργατών, αλλά δεν ίσχυε το ίδιο

για εφήβους από οικογένειες μισθωτών εργαζομένων ή εργοδοτών. Δεν υπήρξε καμία επίδραση της πρόωρης ωρίμανσης στην επίδοση στα μαθηματικά. Στην εν λόγω μελέτη, η πιθανή συγγέουσα επίδραση του οικογενειακού μεγέθους δεν είχε ληφθεί υπόψη), (Westin –Lindgren G., σελ.240). Ποιος είμαι; Τι είδους άνθρωπος είμαι; Όλοι μας έχουμε κάποια αίσθηση της ταυτότητας, τους ποιος/ποια ή τι είμαστε. Πολλοί ψυχολόγοι καταπιάνονται με το ζήτημα της εξέτασης της ανάπτυξης ταυτότητας. Μεταξύ των μεθόδων που χρησιμοποιούνται είναι η γνωστοποίηση εάν ένα πρόσωπο συμφωνεί με δηλώσεις όπως «διατηρώ μια θετική στάση απέναντι στον εαυτό μου», ή αξιολόγηση του εαυτού σε διχοτομημένες έννοιες όπως χαλαρός/ή-νευρικός/ή, ευτυχισμένος/η-λυπημένος/η ή άξιος/α-ανάξιος/α. Τέτοιου είδους αξιολογήσεις μετρούν την αυτοπεποίθηση, ή πώς το άτομο αξιολογεί τον εαυτό του, μια σημαντικότερη πτυχή της γενικής ταυτότητας. Οι νέοι που έχουν χαμηλή αυτοεκτίμηση ίσως να εμφανίσουν δυσκολίες προσαρμογής (Μόττη- Στεφανίδη Φ., 1997, σελ.83).

Σε σημαντικό βαθμό, η έννοια της 'εφηβείας' έχει να κάνει με την ψυχολογική ανάπτυξη του ατόμου. Ένας από τους πιο σημαντικούς (αν όχι ο πιο σημαντικός) στόχος της εφηβείας, είναι η ανάγκη διαμόρφωσης της προσωπικής ταυτότητας από το άτομο, ή αλλιώς η επίτευξη να γίνει ένας ξεχωριστός και ώριμος άνθρωπος (Herbert M., 1999, σελ.23-24). Η ανάπτυξη της ταυτότητας του εγώ σχετίζεται με το χαρακτήρα ή την προσωπικότητά και θεωρείται απαραίτητη προκειμένου το άτομο να δημιουργήσει αληθινές και βαθιές διαπροσωπικές σχέσεις. Ο έφηβος αποκτά σταδιακά την αυτεπίγνωση – τη συνειδητή εικόνα του εαυτού του. Οι σωματικές και οι νοητικές αλλαγές που του συμβαίνουν ωριμάζουν το παιδί και το κάνουν έφηβο. Η εφηβεία θα μπορούσε να θεωρηθεί ως «μια περίοδος αυξημένης αυτεπίγνωσης και έντονης αναζήτησης μιας συνεκτικής, συμπαγούς προσωπικής ταυτότητας» (Herbert M., 1999, σελ.24). Όταν υπάρχει σοβαρή διαφορά ανάμεσα στην ιδέα του εφήβου για τον εαυτό του και στην ιδέα που έχει για τον ιδανικό εαυτό του, μπορεί να δημιουργηθεί άγχος και υπερευαισθησία (Herbert M., 1999, σελ.34).

Η αντίληψη των εφήβων για το πώς γίνονται αποδεκτοί από συγκεκριμένες ομάδες ανθρώπων ή από σημαντικά για αυτούς πρόσωπα, αποτελεί αναπόσπαστο στοιχείο της προσωπικής τους ταυτότητας. Οι έφηβοι βλέπουν τον εαυτό τους σύμφωνα με το πώς τους βλέπουν οι άλλοι, αλλά και το πώς πιστεύουν οι ίδιοι ότι τους βλέπουν οι άλλοι, που μπορεί βεβαίως να αποτελεί πλασματική εικόνα. Όλοι οι άνθρωποι που διαθέτουν κάποια εικόνα του εαυτού τους, νοιώθουν την ανάγκη να σκέφτονται για τον εαυτό τους με τρόπο θετικό (Herbert M., 1999, σελ.40). Οι γονείς και οι δάσκαλοι διαδραματίζουν κάποιο ρόλο στο βαθμό της αυτοεκτίμησης του εφήβου. Οι απειλές της αυτοεκτίμησης στρέφονται εναντίον της ίδιας της ύπαρξης του ατόμου. Αποτέλεσμα αυτού είναι ότι οι έφηβοι από νωρίτερα στη ζωή τους υιοθετούν πολύπλοκους τρόπους αντιμετώπισης αυτών των απειλών, που ονομάζονται μηχανισμοί άμυνας του Εγώ (Φρόυντ Α., 1978, σελ.137-176).

Οι μηχανισμοί άμυνας αυξάνουν το αίσθημα της προσωπικής αξίας και παίζουν εξέχοντα ρόλο στην αποφυγή του άγχους και στη διατήρηση της ακεραιότητας του εγώ πράγματα τα οποία ενθαρρύνουν τη χρήση τους. Αυτοί οι μηχανισμοί λειτουργούν συνήθως ασυνείδητα. Όταν όμως εφαρμόζονται εκεί που δεν πρέπει ή χρησιμοποιούνται υπερβολικά συχνά και με μεγάλη ένταση, γίνονται παθολογικές μορφές προσαρμογής. Άλλωστε, οι μηχανισμοί άμυνας συνεπάγονται έναν ορισμένο βαθμό αυταπάτης και διαστρέβλωσης της πραγματικότητας (Herbert M., 1999, σελ.41).

Μερικοί μηχανισμοί άμυνας είναι η συναισθηματική απομόνωση (το άτομο κλείνεται στον εαυτό του, μειώνοντας τις απαιτήσεις του ή διατηρώντας τον εαυτό του συναισθηματικά απόμακρο), η φυγή (ή η άρνηση της πραγματικότητας), η ονειροπόληση (συχνά παρουσιαζόμενη τακτική 'εξωραϊσμού' της δυσάρεστης ή αγχώδους πραγματικότητας), η εκλογίκευση (ή η ορθολογική επινόηση και δικαιολόγηση ειδήλλως των μη-αποδεκτών σε συνειδητό επίπεδο παρορμήσεων, αναγκών και συναισθημάτων), η προβολή (εσωτερικά και ελαχίστως συνειδητά συναισθήματα αποδίδονται αδικαιολόγητα σε τρίτους, προς αποφυγή των εσωτερικών συγκρούσεων) και η μετάθεση (ή η μετατόπιση των αισθημάτων ή των ενεργειών που στόχευαν

προς ένα άτομο, σε κάποιο άλλο άτομο ή αντικείμενο) (Herbert M., 1999, σελ.41-43). Πολλοί συγγραφείς χρησιμοποιούν τον όρο ταυτότητα ρόλου φύλου (sex-role identity) για να αναφερθούν στην απόκτηση ενός συνόλου προτύπων για την κατάλληλη αρσενική ή θηλυκή συμπεριφορά, σε ένα συγκεκριμένο πολιτισμό. Αυτό αναπτύσσεται κατά τη διάρκεια της μέσης παιδικής ηλικίας, αλλά πολλές πτυχές είναι πιθανό να καταστούν πολύ σημαντικότερες στην εφηβεία.

Σύμφωνα με τον Douvan (Douvan E., σελ.247), η ανάπτυξη της ταυτότητας ρόλου φύλου είναι η δυσκολότερη για τα εφηβικά κορίτσια στις σύγχρονες αστικές κοινωνίες. Αυτό συμβαίνει επειδή τα σχολεία ενθαρρύνουν τα κορίτσια (όπως τα αγόρια) να είναι ανεξάρτητα, ανταγωνιστικά και επιτυχημένα, αλλά κατά την αποχώρηση από το σχολείο αυτά τα γνωρίσματα δεν εκτιμούνται για τα κορίτσια όπως για τα αγόρια (Hogg M.A., Vaughan G.M., 1995, σελ.284).

Οι νέες γυναίκες αναμένονται συμβατικά να μην είναι δυναμικές και να αποποιούνται την οικονομική τους ανεξαρτησία και να υιοθετήσουν έναν οικογενειακό και μητρικό ρόλο στο γάμο. Αυτό το συμπέρασμα ήταν κατά ένα μεγάλο μέρος βασισμένο σε μια εκτενή μελέτη συνεντεύξεων που πραγματοποιήθηκε κατά τη δεκαετία του '50 (Douvan E., Adelson J., σελ.247). Αυτή η μελέτη έχει επικριθεί, εντούτοις, για την προκατάληψη με την οποία πραγματοποιήθηκαν οι συνεντεύξεις (Smith P., Cowie H., Blades M., 1999, σελ.247).

Παραδείγματος χάριν, τα αγόρια υποβλήθηκαν σε περισσότερες ερωτήσεις για τις εργασίες, ενώ τα κορίτσια υποβλήθηκαν σε περισσότερες ερωτήσεις για το γάμο. Επιπλέον, οι κοινωνικές τοποθετήσεις έχουν αναμφισβήτητα αλλάξει κατά τη διάρκεια των τελευταίων 40 ετών και η μεγαλύτερη δυναμικότητα, η ανεξαρτησία και ο επαγγελματικός προσανατολισμός στις νεότερες γυναίκες είναι τώρα σχετικά πιο αποδεκτοί.

2.3. Freud

Βιολογικοί, κοινωνικοί και πολιτισμικοί είναι οι παράγοντες που επηρεάζουν τη μετάβαση από την παιδική στην ενήλικη ζωή. Δεν υπάρχει ευρεία συμφωνία και αλληλοαποδοχή στις διάφορες θεωρίες της εφηβείας που έχουν

αναπτυχθεί. Οι θεωρίες της βιολογικής ωρίμανσης για την εφηβεία, δίνουν έμφαση στο κληρονομικό ή γονιδιακό χαρακτήρα της ανάπτυξης. Ένας από τους πρώτους (αν όχι ο πρώτος) υποστηρικτές αυτής της άποψης, είναι βεβαίως ο Sigmund Freud.

Στο πρώτο μισό του εικοστού αιώνα, πολλοί θεωρητικοί σκεφτόντουσαν την εφηβεία ως χρόνο οξείας κρίσης της ταυτότητας και αναταραχής. Μια επίδραση προς αυτή την κατεύθυνση ήταν αυτή της ψυχανάλυσης. Στις αρχές του προηγούμενου αιώνα, ο Sigmund Freud διαμόρφωνε τις θεωρίες του για την ανθρώπινη ψυχοσεξουαλική ανάπτυξη (Freud S., 1995, σελ.572-597). Κατά την άποψή του, ένα μεγάλο μέρος της ατομικής ψυχικής ενέργειας είναι απασχολημένη με την προσπάθεια να αντιμετωπιστούν οι μη-παραδεκτές σεξουαλικές ορμές νωρίς στην παιδική ηλικία. Στα 'στοματικά', 'πρωκτικά' και 'οιδιπόδεια' στάδια, το πολύ μικρό παιδί δοκιμάζει την απογοήτευση και την ανησυχία στις αναπτυσσόμενες σεξουαλικές ωθήσεις του/της, με συνέπεια τη δημιουργία ψυχολογικών αμυνών και την καταστολή αυτών των ωθήσεων κατά τη διάρκεια μιας 'περιόδου λανθάνουσας κατάστασης' από περίπου 5 ετών μέχρι την έναρξη της εφηβείας. Εντούτοις, στην αρχή της εφηβείας υπάρχει μια ανανεωμένη αύξηση των σεξουαλικών ενστίκτων που αναζωπυρώνουν τις παλαιές συγκρούσεις.

Σύμφωνα με την προσέγγιση της βιολογικής ωρίμανσης, ο Sigmund Freud θεωρούσε την εφηβεία ως ξεχωριστό και αυτοτελές στάδιο ανάπτυξης, κατά την οποία οι άνθρωποι μπορούν πλέον να αναπαραχθούν και να αφήσουν απογόνους. Ο ζήλος τον οποίο επέδειξε ο Freud στο σεξ ως το σημαντικότερο όλων κίνητρο της ανθρώπινης συμπεριφοράς πηγάζει από αυτή την οπτική γωνία. Ο Freud υποστήριζε πως η συναισθηματική αναταραχή που χαρακτηρίζει την εφηβεία είναι το ζενίθ της ψυχολογικής διαμάχης των τριών μερών της προσωπικότητας: του Εκείνο, του Εγώ και του Υπερεγώ (Cole M., Cole S.R., 2002, σελ.33-34).

Σύμφωνα με τον ίδιο, η σεξουαλική διέγερση ξυπνάει πρωτόγονα ένστικτα, δυναμώνει τη δύναμη του Εκείνο και διαταράσσει την πρότερη παιδική ψυχική ισορροπία. Αυτή η θεωρούμενη ανισορροπία δημιουργεί ψυχικές συγκρούσεις

και κυκλοθυμικές συμπεριφορές. Η κύρια λειτουργία που επιτελεί η εφηβεία, είναι η επανακαθίδρυση της ψυχικής ισορροπίας.

Μπορεί η προσέγγιση του Freud να είναι βαθιά βιολογική, ωστόσο δεν αγνοεί την κοινωνική ζωή. Το Υπερεγώ είναι άλλωστε η εσωτερικευμένη εικόνα της κοινωνίας, ενώ το Εγώ βρίσκεται ανάμεσα στον (ενσωματωμένο) κοινωνικό κόσμο του Υπερεγώ, και στις απαιτήσεις του Εκείνου. Επομένως η ανάπτυξη της προσωπικότητας στην εφηβεία, όπως και σε προηγούμενες περιόδους, εκτός από βιολογικούς, εμπλέκει και κοινωνικούς παράγοντες.

Η ψυχαναλυτική προσέγγιση αναπτύχθηκε και από τον Peter Blos (Blos P., σελ.240). Στο βιβλίο του *On Adolescence* (Για την Εφηβεία), ο Blos παρομοίασε την εφηβική μετάβαση προς την ανεξαρτησία, με την προηγούμενη μετάβαση όταν το νήπιο γίνεται αυτοδύναμο μικρό παιδί: και στις δύο, η αμφιθυμία (ambivalence) και η παλινδρόμηση (regression) ήταν πιθανές. Ο Blos αποκάλεσε την εφηβεία 'δεύτερη διαδικασία ατομικεύσης', λόγω αυτού του παραλλήλου.

Οι θεωρίες των Freud και Blos έχουν υποστεί πολλή κριτική. Το μοντέλο του 'ενστίκτου' είναι ξεπερασμένο, ενώ η έμφαση στις σεξουαλικές ανησυχίες γενικά θεωρείται υπερβολική. Ο Bandura (Bandura A., σελ.35-36) δεν αποδέχεται την έννοια του ξεχωριστού εφηβικού αναπτυξιακού σταδίου και ασπάζεται την προσέγγιση περιβάλλοντος-μάθησης. Ο Bandura άσκησε έντονη κριτική στην άποψη ότι η εφηβεία είναι αναγκαστικά μια περίοδος άγχους, έντασης και επαναστατικότητας, υποστηρίζοντας πως οι συναισθηματικές δυσκολίες δεν είναι περισσότερες στους έφηβους από ό,τι στους ενήλικες.

2.4. Piaget

Η κονστρουκτιβιστική θεωρία της εφηβείας από τον Piaget (Piaget J., σελ.38) προσπαθεί να συμβιβάσει τη βιολογική προσέγγιση με την προσέγγιση περιβάλλοντος - μάθησης, θεωρώντας ότι οι ιδιαίτερες καταστάσεις αυτής της αναπτυξιακής περιόδου δημιουργούνται μέσα από την αλληλεπίδραση των βιολογικών και των κοινωνικών παραγόντων, άσχετα από το πολιτιστικό περιβάλλον του εφήβου.

Σύμφωνα με τον Piaget, οι νέοι που ενηλικιώνονται αρχίζουν να αναλαμβάνουν ρόλους ενηλίκων και πρέπει να ξεκινήσουν να προγραμματίζουν το μέλλον και να συστηματοποιήσουν τις σκέψεις τους για τον κόσμο. Ο καινούργιος αυτός τρόπος σκέψης, υποστήριξε, επηρεάζει κάθε πτυχή της ψυχολογίας τους, όπως η κατανόηση για τον εαυτό τους, οι σχέσεις με τους συνομηλίκους και οι απόψεις τους για τα κοινωνικά ιδανικά. Μια άλλη αναθεώρηση της ψυχαναλυτικής προσέγγισης γίνεται από τον Erik Erikson και έχει προσελκύσει πολλή υποστήριξη.

2.5. Erikson

Η θεωρία του Erikson για την ανάπτυξη είναι δύσκολο να κατηγοριοποιηθεί. Αν και μαθητής του Freud, ο Erikson θέλησε να αποδείξει ότι η ανάπτυξη της προσωπικότητας εξαρτάται εξίσου από την πολιτισμική εμπειρία των παιδιών. Δεχόταν ωστόσο την έμφαση του Freud στους βιολογικούς παράγοντες της ανάπτυξης της εφηβείας, ενώ επίσης συμφώνησε ότι η εφηβεία είναι καθολική και ξεχωριστή από άλλες αναπτυξιακές περιόδους. Σύμφωνα με τον Erikson, καθώς εισάγονται στην ενηλικίωση οι έφηβοι πρέπει να ενσωματώσουν τις νέες τους σεξουαλικές ορέξεις και τα κοινωνικά πρότυπα για αυτές, σε μια υγιή και άρτια προσωπικότητα. Αυτό το μηχανισμό ο Erikson τον αποκαλεί ταυτότητα, την οποία και όρισε ως «η αίσθηση της διαχρονικότητας του εαυτού» (Erikson E., σελ.38-39).

Ο Erikson θεώρησε ότι ο Freud έδωσε υπερβολική έμφαση στις έμφυτες ορμές. Ο πρώτος καταλόγησε έναν πολύ μεγαλύτερο ρόλο στις πολιτιστικές επιρροές ως προς το σχηματισμό της προσωπικότητας. Δέχτηκε την υπόθεση του Freud ως προς τη σημασία των σεξουαλικών επιθυμιών, αλλά θεώρησε άλλες ανησυχίες ως εξίσου ή περισσότερο σημαντικές στα διάφορα στάδια του κύκλου ζωής: επομένως, περιέγραψε 'ψυχοκοινωνικά' παρά 'σεξουαλικά' στάδια ανάπτυξης. Δημιούργησε την υπόθεση ότι η εφηβεία (και όχι η πρώτη παιδική ηλικία) ήταν η αποφασιστικότερη περίοδος στο σχηματισμό της ενήλικης προσωπικότητας.

Ο Erikson (Erikson E., σελ.163) παρουσίασε τις ιδέες του για τη σύγχυση ρόλου και την ταυτότητα στην εφηβεία στο δημοφιλές βιβλίο του *Identity: Youth and Crisis*. Υποστήριξε ότι, ενώ η ταυτότητα είναι σημαντική σε όλο τον κύκλο ζωής, στην εφηβεία μπορεί να αναμένεται η περισσότερη αναταραχή. Σκέφτηκε ότι οι έφηβοι περνούν χαρακτηριστικά από μια ψυχολογική ή ψυχοκοινωνική 'ανάπαυλα' (moratorium) στην οποία θα μπορούσαν να δοκιμάσουν διαφορετικές πτυχές της ταυτότητας χωρίς τελικά να δεσμευθούν. Παραδείγματος χάριν, ένα νεαρό άτομο μπορεί να υιοθετήσει προσωρινά διαφορετικές θρησκευτικές πεποιθήσεις, ή να αλλάξει απόψεις για την κλίση του.

Μετά από αυτήν την περίοδο κρίσης, μια σταθερότερη, παγιωμένη αίσθηση της ταυτότητας επιτυγχάνεται. Ο Erikson θεωρεί ότι καθώς ο έφηβος αποποιείται την παιδικότητά του, αρχίζει μια εναγώνια προσπάθεια να βρει μια ικανοποιητική απάντηση στο ερώτημα: «Ποιος είμαι;». Αυτό είναι το Στάδιο 1. Στο Στάδιο 2, αυτή η διαδικασία είναι πιθανό πως θα τον/την φέρει να εξερευνήσει διάφορες ταυτότητες: να παίξει διαφορετικούς ρόλους και να δοκιμάσει τις σχέσεις.

Μερικοί έφηβοι θεωρείται ότι διαμορφώνουν μια «πρώρα σχηματισμένη ταυτότητα». Άλλοι έφηβοι αργούν με αποτέλεσμα πολλές φορές να πέσουν σε κατάθλιψη. Σύμφωνα με τον Erikson, τέτοιου είδους συναισθήματα με μια παράλληλη αίσθηση 'κενού' και χαμηλής αυτοεκτίμησης αποτελούν ενδείξεις της 'σύγχυσης ρόλων'. Το Στάδιο 3 βρίσκει το άτομο να αποκτά μια ξεκάθαρη αίσθηση του εαυτού, χωρίς ωστόσο αυτό να σημαίνει ότι η αίσθηση της ταυτότητας δεν τίθεται κατά καιρούς σε αμφισβήτηση.

Η δημοφιλής άποψη ότι ο έφηβος τυπικά περνά από μία 'κρίση ταυτότητας' που του προκαλεί δυσάρεστα συμπτώματα όπως στρες, κατάθλιψη και διαμάχες δεν είναι απαραίτητα ορθή (Herbert M., 1999, σελ.35). Η ανάπτυξη της ταυτότητας δεν είναι πάντα ομαλή, ωστόσο έχει υπάρξει κριτική στην άποψη του Erikson. Αυτή η αντίθετη άποψη βλέπει τους εφήβους ως άτομα που έχουν θετική και ρεαλιστική αντίληψη του εαυτού τους, όπως και ότι αυτή η αντίληψη παραμένει σχετικά σταθερή με την πάροδο του χρόνου.

Υπάρχουν φυσικά ορθοί λόγοι για τους οποίους η αίσθηση της ταυτότητας μπορεί να αλλάξει κατά τη διάρκεια της εφηβείας. Έχει ήδη γραφεί πως εμφανίζονται χαρακτηριστικές φυσικές αλλαγές, οι οποίες έχουν επιπτώσεις στην εικόνα του σώματος ή την αίσθηση του φυσικού εαυτού. Αυτή επίσης είναι η περίοδος όπου αποφασίζεται ένα σχέδιο ή μια τακτική για τις σεξουαλικές σχέσεις. Η κοινωνία περιμένει από ένα νεαρό άτομο να έχει ήδη κάνει κάποια επιλογή όσον αφορά στο αντικείμενο εργασίας μέχρι περίπου τα 18 έτη, ενώ σε πολλές χώρες οι νέοι και οι νέες αποκτούν δικαίωμα ψήφου σε αυτή την ηλικία και πρέπει να αποφασίσουν για τις πολιτικές τους προτιμήσεις. Εντούτοις, οι ιδέες του Erikson δεν είχαν δημιουργηθεί μέσα από μεγάλης κλίμακας έρευνες. Βασίστηκαν αποκλειστικά στις παρατηρήσεις του και στην κλινική του πρακτική.

2.6. Marcia

Η πιο ολοκληρωμένη απόπειρα επιστημονικής έρευνας που έχει πραγματοποιηθεί έγινε από τον Marcia (Marcia J.E., σελ.147-154). Ο Marcia ανέπτυξε μια τεχνική συνέντευξης για την αξιολόγηση της 'κατάστασης ταυτότητας' σε ορισμένες περιοχές, ειδικότερα εκείνες του επαγγέλματος, της θρησκείας, των πολιτικών πεποιθήσεων και της στάσης απέναντι στη σεξουαλική συμπεριφορά. Έκανε ερωτήσεις όπως 'Είχατε ποτέ οποιεσδήποτε αμφιβολίες για τις θρησκευτικές σας πεποιθήσεις;' Ανάλογα με την απάντηση σε αυτή και σε άλλες ερωτήσεις, ένας συμμετέχοντας θα χαρακτηριζόταν ως βρισκόμενος/η σε 'διάχυση' (ή 'σύγχυση'), σε 'αποκλεισμό', σε 'ανάπαυλα' ή σε 'επίτευξη της ταυτότητας'. Κάποιος ή κάποια σε κατάσταση διάχυσης (σύγχυση) δεν έχει αρχίσει πραγματικά να σκέφτεται σοβαρά για διάφορα ζητήματα, πόσο μάλλον να έχει αναλάβει κάποια δέσμευση. Αντιθέτως, κάποιος σε κατάσταση αποκλεισμού έχει διαμορφώσει μια δέσμευση, αλλά χωρίς ποτέ να έχει περάσει κρίση ή να εξετάσει σοβαρά εναλλακτικές λύσεις. Δέχεται πιθανώς τις γονικές ή συμβατικές πεποιθήσεις.

Κάποιος σε κατάσταση ανάπαυλας βιώνει την κρίση που προβλέπεται από τον Erikson. Πρόκειται να διαμορφώσει μια δέσμευση, αλλά προς το παρόν

εξετάζει ακόμα τις διάφορες εναλλακτικές λύσεις. Τέλος, κάποιος ή κάποια σε κατάσταση επιτεύγματος έχει περάσει την κρίση και έχει φθάσει σε συμβιβασμό. Έχει παγιώσει την ταυτότητά του/της από αυτή την άποψη. Η διάχυση θεωρείται ως η λιγότερο ώριμη κατάσταση, ενώ το επίτευγμα ως η ωριμότερη.

Οι αναπτυξιακοί ψυχολόγοι που υποστηρίζουν τη θεωρία του πολιτισμικού πλαισίου, θεωρούν ότι η εφηβεία αποτελεί ένα σημαντικό αναπτυξιακό στάδιο μόνο σε εκείνες τις κοινωνίες, όπου οι άνθρωποι έχουν πρώτα ωριμάσει βιολογικά και κατόπιν αποκτούν τις απαιτούμενες γνώσεις και ικανότητες για να εξασφαλίσουν την αναπαραγωγή του πολιτισμού (Cole M., Cole S.R., 2002, σελ.39-41).

3. ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΕΦΗΒΟΥ

Όλοι οι έφηβοι περνούν από στάδια τα οποία αναφέρονται στην αλληλουχία σωματικών μεταβολών. Ο χρόνος έναρξης των μεταβολών και της σωματικής αύξησης, η ταχύτητα και το εύρος της αλλά και η ηλικία που ολοκληρώνεται κυμαίνονται πολύ. Επί παραδείγματι μπορούμε να μιλήσουμε για τη διαφορά των κοριτσιών και των αγοριών στο σχολείο. Τα πρώτα είναι πιο εύσωμα με μικρές εξαιρέσεις, αντίθετα τα' αγόρια είναι μικροκαμωμένα εκτός ελαχίστων περιπτώσεων. Όλα είναι στην ίδια ηλικία, οπτικά όμως υπάρχουν διαφοροποιήσεις (Τσιαντής Γ., 1997, σελ.21).

Η αύξηση του μεγέθους του σώματος είναι η πιο εμφανής αλλαγή στην εφηβεία. Η ανάπτυξη επικεντρώνεται πρώτα στη περιφέρεια του σώματος, στα άκρα-στα πόδια και στα χέρια κατά τις αρχικές φάσεις της ήβης. Αλλαγές επίσης παρατηρούνται και στο πρόσωπο και των δυο φύλλων. Συγκεκριμένα έχουμε τις παρακάτω αλλαγές (Νομικού Χ., 2004, σελ.56):

- Το κατώτερο μέρος του κεφαλιού αρχίζει να μεγαλώνει.
- Το σαγόι επιμηκύνεται.
- Η μύτη μεγαλώνει σε πλάτος και μήκος.
- Παρουσιάζονται αλλαγές στην αναλογία του προσώπου.
- Στα κορίτσια παρουσιάζεται ένα στρώμα υποδόριου λίπους, το οποίο και προκαλεί τη στρογγυλότητα και την απαλότητα των καμπύλων του προσώπου και του σώματος.
- Στα αγόρια το υποδόριο λίπος είναι λιγότερο εμφανές, ενώ η ανάπτυξη των μυών και των οστών φαίνεται καθαρά.
- Παρατηρείται γρήγορη ανάπτυξη του σκελετού.
- Αναπτύσσεται η τριχοφυΐα του σώματος και των δυο, ιδίως της ηβικής και της μασχάλιαίας περιοχής. Το ηβικό τρίχωμα απλώνεται αρχικά οριζόντια και έπειτα κάθετα μέχρι να περιβάλλει τις γενετικές περιοχές.

- Η επιδερμίδα και των δύο φύλλων υφίσταται και άλλες αλλαγές, όπως το ότι γίνεται τραχύτερη επειδή οι σμηγματογόνοι αδένες ενεργοποιούνται περισσότερο παράγοντας λιπαρές εκκρίσεις, οι οποίες προκαλούν την ακμή.

Η ηλικία έναρξης της διαμόρφωσης των χαρακτηριστικών του φύλου ποικίλλει: Η αρχή της εφηβείας, *πρώτη εφηβεία*, χαρακτηρίζεται από μεγάλη επιτάχυνση της σωματικής αύξησης, νωρίτερα στα κορίτσια αργότερα στ' αγόρια, τα οποία όμως γύρω στα δεκαπέντε ξεπερνούν τα κορίτσια στο ύψος. Η αλλαγή της φωνής στο αγόρι συχνά συμβαίνει στα δεκατρία με δεκατέσσερα. Ο αυξημένος ερωτισμός του σώματος του εφήβου δημιουργεί συγκεχυμένα συναισθήματα ταυτόχρονα ευχαρίστησης και φόβου, στο αγόρι π.χ. στύσεις μπορεί να συμβούν από στρες οποιασδήποτε μορφής. Επίσης ο αυξημένος ερωτισμός αυξάνει τη συχνότητα του αυνανισμού (Μάνος Κ., 1997).

Στα αγόρια η χρονική διάρκεια της ήβης είναι 3 χρόνια και μια παράμετρος έναρξης της είναι η εκσπερμάτιση. Στη συγκεκριμένη περίοδος αλλάζει η φωνή, η οποία γίνεται βαθύτερη, αυξάνεται ο όγκος των γεννητικών οργάνων και εμφανίζονται τα σπερματοζώαρια στο σπερματικό υγρό. Συγχρόνως έχουμε και την έναρξη τη τριχοφυΐας. Έχουμε τρίχες στο στήθος, στη κοιλιά, στη ράχη, στο πρόσωπο κ.λ.π. Το παιδί το οποίο ανδρώνεται και γίνεται έφηβος, παρουσιάζει αυξημένη επιθετικότητα.

Η διαδικασία της ήβης στα κορίτσια είναι πιο εντυπωσιακή και πιο εμφανής. Συγκεκριμένα στα κορίτσια αρχίζει δύο χρόνια νωρίτερα και αρχικά εμφανίζεται στις ωθήκες, στο στήθος και τη μήτρα. Το στάδιο της εμμηνόρροιας ουσιαστικά εισαγάγει τα κορίτσια στο στάδιο της εφηβείας. Στη περίοδο αυτή τα κορίτσια παρουσιάζουν ποικίλα συναισθήματα, τα οποία κυρίως εστιάζονται στο φόβο και τη ντροπή.

Καταλήγοντας, συμπεραίνεται ότι η εποχή αυτή χαρακτηρίζεται από ραγδαίες αλλαγές και σε βιολογικό και σε σωματικό επίπεδο. Οι βιολογικές και σωματικές αλλαγές μπορεί να μην είναι ταυτόχρονες και αρμονικές σ' όλα τα όργανα και πιθανόν να προξενούν ανησυχίες στους εφήβους. Για παράδειγμα

σε μερικούς εφήβους η παρουσία της ακμής του προσώπου, μπορεί να δημιουργεί θλίψη μια και μπορεί να εκλαμβάνεται ως παραμόρφωση. Συγχρόνως είναι σημαντικό ν' αναφερθεί ότι ο έφηβος είναι θύμα των βιολογικών του αλλαγών, πολλές φορές δε τις κατανοεί εύκολα και αυτό τον οδηγεί σ' αποδιοργάνωση. Τέλος θα πρέπει να καταγραφεί ότι οι αλλαγές στο βιολογικό ρολόι, μεταφράζονται κυρίως σε σεξουαλικό επίπεδο, μια και η αλλαγή των σωματικών διαστάσεων εκλαμβάνεται από τον έφηβο ως και πιθανή αλλά και αναγκαία αύξηση των σεξουαλικών του δραστηριοτήτων.

Με βάση τη μέχρι τώρα προσέγγιση της φυσιολογικής ανάπτυξης του εφήβου γίνεται κατανοητό, ότι συνδέεται κυρίως με σημαντικές σεξουαλικές αλλαγές, οι οποίες αναφέρονται σε μεταβολές στο γεννητικό σύστημα και στα χαρακτηριστικά που διαφοροποιούν τα διάφορα φύλλα. Οι γεννητικές αλλαγές της εφηβείας, όπως ήδη τονίστηκε και παραπάνω προκαλούν αυξημένη σεξουαλική απαντητικότητα, αυξημένη σωματική αισθητικότητα και αυξημένη ψυχολογική ευαισθησία (Jersild A., 1963).

Η αυξημένη σωματική αισθητικότητα και η αυξημένη ενεργητικότητα οδηγούν στην ανάπτυξη έντονων σεξουαλικών και επιθετικών φαντασιών και στα δύο φύλα, που θα διαρκέσουν σ' όλη την εφηβεία, έως ότου προς το τέλος της συζευχθούν αρμονικά.

Η έναρξη της εμμηνόρροιας μπορεί ν' αποτελέσει για το κορίτσι ένα από τα πιο ευχάριστα ή δυσάρεστα γεγονότα της ζωής της, ανάλογα με το πώς θα συνδεθεί από τη μητέρα με την αξία της γυναίκας, τη θηλυκότητα και την ικανότητα για τεκνοποίηση. Στην περίοδο αυτή ιδιαίτερη σημασία έχει για το κορίτσι η στάση του πατέρα, καθώς το κορίτσι εξαιτίας της απουσίας φόβου ευνουχισμού συνεχίζει και στην εφηβεία το ρομάντζο της οιδιπόδειας περιόδου, ως ότου βρει αργότερα σύντροφο.

Καθώς οι έφηβοι μπορούν πια να σκέπτονται συνδυάζοντας διάφορες πιθανότητες, αρχίζουν και δημιουργούν θεωρίες (που τις θεωρούν όλοι δικές του ανακαλύψεις) για να εξηγήσουν τον κόσμο γύρω τους και μέσα τους. Χαρακτηριστικό των θεωριών αυτών είναι ο μεγάλος ιδεαλισμός και η αντίθεση στις κατεστημένες αξίες. Ταυτόχρονα δημιουργούνται ομάδες του

ίδιου φύλου, που είναι ανταγωνιστικές στις συμβατικές συνήθειες των μεγάλων, αλλά που υιοθετούν νέες συμβατικές καταστάσεις, όπως το ίδιο ντύσιμο, το ίδιο κόψιμο μαλλιών κτλ. Οι ομάδες αυτές στηρίζουν τους εφήβους στην προσπάθεια τους για ανεξαρτησία από τους γονείς και βοηθούν να σταθεροποιήσουν την ταυτότητα τους με την έντονη διαπροσωπική ανταλλαγή εμπειριών, που συμβαίνει σ' αυτές.

Ο ρόλος των γονιών είναι ιδιαίτερα δύσκολος στην περίοδο αυτή, γιατί θα πρέπει να συνδυάζει τη σταθερότητα εξάσκησης ελέγχου και περιορισμών με την κατανόηση απέναντι στην αλλοπρόσαλλη συμπεριφορά του εφήβου, που προσπαθεί ν' απομακρυνθεί, οπότε τους ανταγωνίζεται και τους μειώνει, αλλά και έμμεσα ζητά την προστασία και την αγάπη τους (Κασσωτάκη Μ., 1979).

Διάφοροι αμυντικοί μηχανισμοί κινητοποιούνται στην εφηβεία στην προσπάθεια του εγώ του εφήβου να αντισταθμίσει την αναζωπύρωση των αιμομικτικών, σεξουαλικών και επιθετικών του εξορμήσεων, όπως η άρνηση, η προβολή, ο ασκητισμός κ.α.

Στη μέση εφηβεία οι ομάδες έχουν γίνει πια μικτές. Το αγόρι συζητά με το κορίτσι, μοιράζονται τα συναισθήματα τους, έρχονται σε σεξουαλική επαφή αρκετά όμως αδέξια και χωρίς τρυφερότητα και βρίσκουν παρηγοριά στη σχέση τους για τον αποχωρισμό από τους γονείς τους. Γύρω στα δεκαπέντε, ο σύντροφος που προτιμάται είναι του αντίθετου πια φύλου, αλλά δεν εκτιμάται ακόμα σαν ιδιαίτερη οντότητα. Είναι μάλλον ναρκισσιστική προέκταση του εαυτού του εφήβου, θα υπάρξουν ίσως αρκετοί τέτοιοι «έρωτες», έως ότου στην ώριμη εφηβεία ή την ώριμη ηλικία το άτομο γίνει ικανό για ώριμη σχέση, όπου θα αγαπά το άλλο άτομο σαν ξεχωριστό από αυτό.

Προοδευτικά, στοιχεία του ιδεώδους του εγώ ενσωματώνονται στο εγώ του ατόμου και γίνονται χαρακτηριστικά της προσωπικότητας του. Με τη μεταμόρφωση αυτή του ιδεώδους του εγώ σε εγώ, το άτομο αποκτά τη δική του αίσθηση *ταυτότητας* από την έκθεση σε ποικίλες κοινωνικές, πολιτισμικές και φυσικά οικογενειακές επιδράσεις. Η ταυτότητα αυτή σύμφωνα με τη θεωρία της ψυχοκοινωνικής ανάπτυξης μπορεί να γίνει σταθερή ή το άτομο λόγω ανεπαρκών διαπροσωπικών, κοινωνικών κτλ. επιδράσεων να

παρουσιάσει διάχυση της ταυτότητας του, δηλαδή έλλειψη αίσθησης σταθερού εαυτού και σύγχυση.

Με αφορμή την εφηβεία, σημειώνεται ότι η *θεωρία της γεννετικής ανάπτυξης* παρουσιάζει την αναπτυξιακή ανέλιξη ενός ατόμου με βάση τις κοινωνικές σχέσεις και την κοινωνική πραγματικότητα. Σύμφωνα με τη θεωρία αυτή, οι διαδοχικές χρονολογικές περίοδοι από τη γέννηση μέχρι τον θάνατο χαρακτηρίζονται από συγκεκριμένα αναπτυξιακά εγχειρήματα που αφορούν τη διαντίδρασή του ατόμου με το περιβάλλον του, στα οποία το άτομο βρίσκεται πετυχημένες ή αποτυχημένες λύσεις. Η *όψιμη εφηβεία* είναι η περίοδος όπου το άτομο αντιμετωπίζει πια το μέλλον του. Το αγόρι σκέφτεται κυρίως την επαγγελματική του σταδιοδρομία, ενώ το κορίτσι τη σταδιοδρομία αλλά και τον ρόλο της σαν σύζυγος και μητέρα.

Στο τέλος της περιόδου αυτής ο σύντροφος του αντίθετου φύλου γίνεται πια αντιληπτός σαν ξεχωριστό άτομο και ο έρωτας παίρνει μια απόχρωση ηρεμίας, αφοσίωσης και εκτίμησης. Η πραγματικότητα αντικαθιστά τη φαντασία και τον άκρατο ιδεαλισμό και ο έφηβος εισέρχεται στην υπευθυνότητα της ώριμης ηλικίας.

Στη προηγούμενη ενότητα έγινε μια πρώτη επαφή με τα στάδια ανάπτυξης του εφήβου και σε γενετικό επίπεδο αλλά και γενικά σε σχέση με τις αλλαγές που παρουσιάζουν, ως απόρροια των σωματικών αλλαγών και της σωματικής ανάπτυξης που παρουσιάζουν. Στο συγκεκριμένο υποκεφάλαιο θα αναφερθούν τα στάδια εφηβικής ανάπτυξης του εφήβου και το τι σημαίνει το καθένα από αυτά σε σχέση με τον έφηβο.

Στα κορίτσια η ταχεία αύξηση παρατηρείται συνήθως μεταξύ του δεύτερου και του τρίτου σταδίου εφηβικής ανάπτυξης (αντίθετα, στα αγόρια η αυξητική έκρηξη συμβαίνει μεταξύ τρίτου και τέταρτου σταδίου εφηβικής ανάπτυξης). Η έναρξη της έμμηνης ρήσης στα κορίτσια αναφέρεται στη περίοδο όπου οι μαστοί βρίσκονται στο στάδιο εφηβικής ανάπτυξης 4 και η τρίχωση στο στάδιο εφηβικής ανάπτυξης 3, αν και παρατηρείται και νωρίτερα. Στα κορίτσια η ενημέρωση σε σχέση με τις σεξουαλικές επαφές θα πρέπει να γίνουν στο στάδιο εφηβικής ανάπτυξης 2. Ενώ η ενημέρωση σε σχέση με τις παθήσεις,

σχετικά με το σεξ θα πρέπει να γίνουν στα στάδια εφηβικής ανάπτυξης 3 και 4 (Παπαδάτος Κ., 2003, σελ.48). Στα αγόρια η εμφάνιση της τρίχωσης είναι η πιο φανερή πρώτη ένδειξη της εφηβείας, η μεγέθυνση των γεννητικών οργάνων έχει ήδη προηγηθεί. Στο στάδιο εφηβικής ανάπτυξης 3 ο έφηβος αρχίζει να ψηλώνει με ταχύς ρυθμούς, το ύψος του αυξάνεται κατά 10 εκατοστά. Η αύξηση του λίπους έχει γίνει ήδη από το στάδιο εφηβικής ανάπτυξης 2. Στα στάδια εφηβικής ανάπτυξης 4 και 5 θα υπάρξει αύξηση σε σχέση με το σώμα αλλά και τη δύναμη. Στα στάδια εφηβικής ανάπτυξης 3 και 4 έχει ολοκληρωμένες σεξουαλικές εκσπερματώσεις οι οποίες γίνονται κατά τη διάρκεια του ύπνου. Στο στάδιο εφηβικής ανάπτυξης 4, ο έφηβος έχει τη δυνατότητα να ενεργοποιηθεί σεξουαλικά, μια και το σώμα του έχει φτάσει σε πιο ικανοποιητικά επίπεδα ανάπτυξης.

Τα στάδια εφηβικής ανάπτυξης, δίνουν μια πλήρη εικόνα σχετικά με την ανάπτυξη του εφήβου. Συγκεκριμένα από ιατρικής άποψης, δηλώνουν στο γιατρό αν ο έφηβος μεγαλώνει φυσιολογικά, αν υπάρχουν ακόμα περιθώρια σωματικής ανάπτυξης κ.λ.π. Σε σχέση με το οικογενειακό περιβάλλον, τα στάδια εφηβικής ανάπτυξης βοηθούν τους γονείς να κατανοήσουν αν το παιδί τους είναι αρκετά ώριμο για να του μιλήσουν για παράδειγμα για τις σεξουαλικές επαφές ή για το πώς πρέπει ν' αντιλαμβάνεται τις σωματικές και γεννητικές του αλλαγές κ.λ.π. Στους παρακάτω Πίνακες 1 και 2 , παρουσιάζουμε τη ταξινόμηση των σταδίων εφηβικής ανάπτυξης στα αγόρια και αντίστοιχα στα κορίτσια (Tanner J.M., 1962).

**ΠΙΝΑΚΑΣ 1- ΤΑΞΙΝΟΜΗΣΗ ΤΩΝ ΣΤΑΔΙΩΝ ΕΦΗΒΙΚΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ
ΣΤΑ ΑΓΟΡΙΑ**

| ΣΤΑΔΙΟ | ΤΡΙΧΩΣΗ ΕΦΗΒΑΙΟΥ | ΠΕΟΣ | ΟΡΧΕΙΣ |
|---------------|--|---------------------------------------|---|
| 1 | Πλήρης απουσία | Προεφηβική εμφάνιση | Προεφηβική εμφάνιση |
| 2 | Αραιές, μακριές, ανοιχτόχρωμες τρίχες | Μικρή αύξηση του μεγέθους | Αύξηση του μεγέθους του οσχέου, που γίνεται ερυθρό και λείο |
| 3 | Λίγες πιο σκούρες βοστρυχωτές τρίχες | Αύξηση του μήκους | Αύξηση του μεγέθους |
| 4 | Τραχύτατες, βοστρυχωτές τρίχες τύπου ενήλικου αλλά λιγότερες | Μεγαλύτερη αύξηση, ιδίως στη διάμετρο | Αύξηση του μεγέθους, πιο σκοτεινόχρωμο οσχέο |
| 5 | Τύπου ενήλικου, επέκταση στους μηρούς | Μέγεθος και σχήμα ενήλικου | Μέγεθος και σχήμα ενήλικου |

**ΠΙΝΑΚΑΣ 2- ΤΑΞΙΝΟΜΗΣΗ ΤΩΝ ΣΤΑΔΙΩΝ ΕΦΗΒΙΚΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ
ΣΤΑ ΚΟΡΙΤΣΙΑ**

| ΣΤΑΔΙΟ | ΤΡΙΧΩΣΗ ΕΦΗΒΑΙΟΥ | ΜΑΣΤΟΙ |
|---------------|---|---|
| 1 | Προεφηβική Εμφάνιση | Προεφηβική εμφάνιση |
| 2 | Αραιές, ανοιχτόχρωμες ευθείες τρίχες κατά μήκος των μεγάλων χειλέων του αιδοίου | Υπέγερση των μαστών και σχηματισμός μικρού εξογκώματος |
| 3 | Πιο σκούρες και πυκνές τρίχες, με βοστρυχωτή διαμόρφωση | Αύξηση του μεγέθους των μαστών και της θηλαίας άλω χωρίς διαχωρισμό των ορίων τους |
| 4 | Τραχύτερες, βοστρυχωτές τρίχες τύπου ενήλικου αλλά λιγότερες | Η άλω και η θύλη προβάλουν με σαφή διάκριση από τον υπόλοιπο μαστό |
| 5 | Τύπου ενήλικου, επέκταση στους μηρούς | Πλήρης ανάπτυξη η θήλυ προέχει και η άλω έρχεται στο ύψος της περιφέρειας του μαστού |

Όπως φαίνεται από το Πίνακα 1 και 2 τα στάδια εφηβικής ανάπτυξης είναι αυτά τα οποία, καθορίζουν το στάδιο στο οποίο βρίσκεται η ανάπτυξη του εφήβου. Συγκεκριμένα με βάση τα στάδια εφηβικής ανάπτυξης, γενετικά τα κορίτσια αναπτύσσονται διαφορετικά από τα αγόρια. Συγκεκριμένα μπορούν ν' αναφερθούν τα ακόλουθα στάδια γενετικής ανάπτυξη για κάθε ένα από τα δυο φύλα.

- **Κορίτσια:** Στα κορίτσια οι μαστοί αρχίζουν να διογκώνονται στην ηλικία οχτώ με δεκατριών ετών. Αν η μεταβολή αυτή δεν έχει συμβεί μέχρι και εκείνη την ηλικία, πολλοί γιατροί θεωρούν ότι υπάρχει καθυστέρηση της ήβης, ακόμα όμως και τότε το γεγονός αυτό δε παραπέμπει σε κάτι το παθολογικό, πιθανόν η διόγκωση των μαστών να ξεκινήσει αργότερα.

Καθώς οι μαστοί μεγαλώνουν, αραιές τρίχες κάνουν την εμφάνιση τους στην εσωτερική μεριά των μεγάλων χειλιών του αιδοίου. Συνήθως πιθανή ταχεία αύξηση στα κορίτσια παρατηρείται μεταξύ του δεύτερου και του τρίτου σταδίου εφηβικής ανάπτυξης (αντίθετα στα αγόρια η αυξητική έκρηξη συμβαίνει μεταξύ τρίτου και τέταρτου σταδίου εφηβικής ανάπτυξης). Η έναρξη της έμμηνης ρύσης αναφέρεται όταν οι μαστοί βρίσκονται στο στάδιο εφηβικής ανάπτυξης 4 και η τρίχωση του εφηβαίου στο στάδιο εφηβικής ανάπτυξης, αν και μπορεί να παρατηρηθεί και νωρίτερα.

- **Αγόρια:** Τα έφηβα αγόρια όταν βρίσκονται στο στάδιο 3 αρχίζει με ταχύτερο ρυθμό η αύξηση της τρίχωσης αλλά και γενικά, η όποια διαμόρφωση και αλλαγή του σώματος. Η εναπόθεση λίπους στα αγόρια γίνεται πριν πάρουν ύψος, το λίπος αυτό χάνεται στο στάδιο 2. Όταν σημειωθεί αυτή η απώλεια, ξεκινάει η δραματική αύξηση του ύψους. Μεταξύ των σταδίων 4 και 5 θα υπάρξει αύξηση της δύναμης του και γενικά το σώμα του θα παρουσιάσει μια τελείως διαφορετική μορφολογία. Συγχρόνως τα αγόρια μεταξύ του σταδίου 3 και 4 αναπτύσσουν σεξουαλικές επιθυμίες, οι οποίες μάλιστα σε πολλές περιπτώσεις οδηγούν σε νυχτερινές εκσπερματίσεις ή ονειρώξεις.

Οι κύριες διαταραχές της εφηβείας είναι η καθυστέρηση και η πρόωμη εμφάνιση της. Σαν καθυστέρηση της εφηβείας ορίζεται η μη εμφάνιση των δευτερογενών χαρακτήρων του φύλου μέχρι την ηλικία των 13 ετών στα κορίτσια και των 14 ετών στα αγόρια. Συχνότερα αίτια της καθυστερημένης εφηβείας είναι η ιδιοπαθής καθυστέρηση και η λειτουργική καθυστέρηση που οφείλεται στην ανώμαλη έκκριση των γοναδοτροφινών δηλαδή των ορμονών από την υπόφυση που ρυθμίζουν τη λειτουργία των όρχεων και ωοθηκών. Στη περίπτωση αυτή τα αίτια μπορεί να είναι ψυχολογικά, όπως έντονο στρες ή άσκηση ή και διατροφικά όπως στη νευρογενή ανορεξία. Άλλα αίτια καθυστέρησης της ήβης είναι οι όγκοι του νευρικού συστήματος, αδενώματα της υπόφυσης, γενετικές ανωμαλίες (χρωμοσωμιακές), ακτινοβολίες η και χημειοθεραπεία για κακοήθεις όγκους. Σαν πρόωμη εφηβεία ορίζεται η εμφάνιση σημείων ενήβωσης πριν την ηλικία των 8 ετών στα κορίτσια και 9 ετών στα αγόρια. Συνήθως οφείλεται σε όγκους του κεντρικού νευρικού συστήματος, των επινεφριδίων, των ωοθηκών ή των όρχεων αλλά μπορεί να είναι και ιδιοσυστατική.

4. ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΣΤΗΝ ΕΦΗΒΕΙΑ

Όπως διαπιστώνεται παραπάνω, οι διάφορες θεωρητικές προσεγγίσεις της εφηβείας δεν αναιρούν απαραίτητα η μία την άλλη. Οι μεγάλοι στόχοι, που θέτουν οι έφηβοι στους εαυτούς τους, ταυτόχρονα τους δημιουργούν και προβλήματα. Οι συνήθειες αντιδράσεις των εφήβων στα σπουδαιότερα γεγονότα της μετάβασης από την παιδική στην ενήλικη ζωή, αναπτύχθηκαν σε μορφή σταδίων από τον Barrie Hopson και είναι οι ακόλουθες (Hopson B., 1986, σελ.84-85).

1. **Ακίνητοποίηση:** Ο νέος ή η νέα νιώθει να 'πνίγεται', ανίκανος/η να προγραμματίσει και να καταλάβει.

2. **Ελαχιστοποίηση:** Ο νέος ή η νέα προσπαθούν να εκμηδενίσουν τις αλλαγές που συμβαίνουν στην εφηβεία, όπως για παράδειγμα τα σπυράκια της ακμής.

3. **Κατάθλιψη:** Κάθε άλλο παρά σπάνιο φαινόμενο στην εφηβεία. Οι σωματικές και ορμονικές αλλαγές αποτελούν μια ριζική μεταβολή για τον έφηβο και μπορεί να δημιουργηθεί έντονο αίσθημα στεναχώριας και αναταραχής.

4. **Αποδέσμευση:** Σε αυτό το στάδιο έρχεται η αποδοχή της πραγματικότητας ως έχει, η αποδέσμευση από το παρελθόν, όταν ως παιδί λάμβανε τη φροντίδα και την προστασία των γονέων και η παύση της παιδικής ανευθυνότητας.

5. **Πειραματισμός:** Η αποδέσμευση οδηγεί στην έναρξη της 'δοκιμής' του εαυτού όσον αφορά στις νέες συνθήκες ή δεδομένα, με νέες συμπεριφορές, και ασυνήθιστους τρόπους ζωής. Αυτή η περίοδος ενδέχεται να αποδειχτεί ιδιαίτερα αντιπαραθετική.

6. **Αναζήτηση νοήματος:** Το απόγειο της ενεργητικότητας και των πειραματισμών, ακολουθεί μια πιο σταδιακή αναζήτηση νοήματος και κατανόησης των νέων συνθηκών και γιατί αυτές τελικά είναι ως έχουν (κι όχι όπως ο νέος ή η νέα νόμιζε πρωτότερα).

7. **Εσωτερικήευση:** Οι νέες αντιλήψεις για το νόημα και τη σημασία εσωτερικεύονται, γίνονται μέρος του εαυτού του νέου ή της νέας και αποκτούν σταθερή θέση στη συμπεριφορά.

Η κατάθλιψη συνοδεύεται συχνά από μια τάση για αυτοκτονία, που με τη σειρά της προέρχεται συνήθως από συναισθηματικά προβλήματα και προβλήματα συμπεριφοράς εν μέσω σωματικής ή/και κοινωνικής πίεσης. Κατά την εφηβεία, τα ποσοστά των αυτοκτονιών αυξάνονται χαρακτηριστικά (Herbert M., 1999, σελ.90-93), ενώ οι απόπειρες αυτοκτονίας γνωρίζουν το ζενίθ τους κατά τα τελευταία χρόνια της εφηβείας – ωστόσο, ο λόγος για τον οποίο συμβαίνει αυτό δεν είναι γνωστός. Πάντως, οι απόπειρες αυτοκτονίας των εφήβων κοριτσιών είναι πολύ περισσότερες από εκείνες των αγοριών.

Η αυτοκτονία μάλλον δε σχετίζεται με την κατάχρηση ναρκωτικών, αλλά ίσως να σχετίζεται με την αυξημένη χρήση αλκοόλ και πιθανότατα με την αύξηση των διαζυγίων, την ανεργία και την εγκληματικότητα. Κάποιοι έφηβοι ίσως να παίρνουν ναρκωτικά επειδή στην παιδική τους ηλικία δεν κατάφεραν να αρχίσουν να γίνονται αυτόνομοι από τους γονείς τους (Ντόλτο Φ., Ντόλτο-Τόλιτς Κ., 2004, σελ.109-112). Καθώς απείχαν από κάποια πραγματική σχέση μαζί τους, παρέμειναν με τους 'φίλους' που επέδρασαν επάνω τους έναντι των γονέων. Καμιά φορά εκείνο που σπρώχνει τους εφήβους στα ναρκωτικά είναι η έλλειψη ενδιαφέροντος για τις δραστηριότητές τους. Σε τέτοια περίπτωση, οι συζητήσεις με τους γονείς ή τους κηδεμόνες μπορεί να αποδειχτούν ιδιαίτερα ωφέλιμες.

Η παραβατική συμπεριφορά των εφήβων, όπως ο βανδαλισμός και οι μικροκλοπές, είναι σχετικά συχνή. Τις περισσότερες φορές, αυτές οι συμπεριφορές παύουν από μόνες τους να υπάρχουν. Εντούτοις, ένας μικρός αριθμός από εφήβους παραβιάζουν τακτικά το νόμο. Η παραβατική συμπεριφορά εμφανίζεται συχνά στην εφηβεία.

Η ικανότητα των γονέων να μιλάνε για προσωπικά και ευαίσθητα θέματα με τους εφήβους εξαρτάται από το κατά πόσο έχει αναπτυχθεί εμπιστοσύνη και καλή επικοινωνία τα προηγούμενα χρόνια.

Σε γενικές γραμμές, οι έφηβοι απομακρύνονται από τους γονείς τους και καταφεύγουν σε άλλους εφήβους και όχι στους γονείς για συμβουλές και υποστήριξη (Cole M., Cole S.R., 2002, σελ.78). Η σχέση με τη μητέρα μάλιστα αλλάζει περισσότερο από ό,τι η σχέση με τον πατέρα (Cole M., Cole S.R., 2002, σελ.78). Ο λόγος για αυτό ίσως να είναι το εκλαμβανόμενο από τον έφηβο ως λιγότερο – συγκριτικά με τον πατέρα – κύρος που εκείνη συνήθως έχει και ο έφηβος διακηρύσσει την ανεξαρτησία του στη μητέρα, από την οποία θα δεχθεί λιγότερες επικρίσεις ή αμφισβητήσεις. Από την άλλη πλευρά, οι συναισθηματικές σχέσεις με τη μητέρα είναι συνήθως στενότερες – και κατά συνέπεια η απόκτηση ανεξαρτησίας από εκείνη είναι δυσκολότερη.

Ενώ εκ πρώτης όψεως οι έφηβοι δείχνουν να έχουν αναπτύξει μια ολότελα δική τους κουλτούρα, ωστόσο συνεντεύξεις με έφηβους και δεδομένα από ερωτηματολόγια συνιστούν σημαντική σχέση μεταξύ των αξιών των εφήβων και των γονιών. Όταν αναλύθηκαν ερωτηματολόγια που συμπληρώθηκαν από 1.000 και πλέον εφήβους και τις μητέρες τους, βρέθηκε (Kandel D., Lesser G., 1972, σελ.80) ότι οι περισσότεροι έφηβοι δηλώνουν πως σέβονται τους γονείς τους.

Η βασική τακτική αντιμετώπισης των διαφωνιών δηλώθηκε ότι είναι ο διάλογος και όχι οι συγκρούσεις ή η απόρριψη. Το 60% των ερωτηθέντων υποστήριξαν ότι ένιωθαν «πάρα πολύ» ή «αρκετά» κοντά τους γονείς τους, ενώ μόλις το 11% δήλωσε το αντίθετο. Επίσης, το 60% είπαν ότι θα ήθελαν να έμοιαζαν με τους γονείς τους, εν μέρει ή καθολικά. Με αυτό το εύρημα ευθυγραμμίζονται κι άλλες έρευνες (βρήκαν ότι οι έφηβοι και οι γονείς τους συμφωνούν σε θέματα θρησκείας και γάμου, αλλά διαφωνούν σε θέματα που αφορούν τα ναρκωτικά και το σεξ. Ακόμη, ο Robert Kelley ανακάλυψε ότι οι έφηβοι και οι γονείς τους στην πράξη συμφωνούν σε ζητήματα ηθικής, αλλά διαφωνούν σε ζητήματα ένδυσης και μήκους μαλλιών (Cole M., Cole S.R., 2002, σελ.81)).

Ακόμα, οι έφηβοι φαίνεται να συζητούν διαφορετικά θέματα με τον πατέρα από ό,τι με τη μητέρα τους (Cole M., Cole S.R., 2002, σελ.94). Για παράδειγμα, με τη μητέρα συζητούν προσωπικά ζητήματα και αναζητούν πρακτικές

συμβουλές. Γενικά, η σχέση του εφήβου με τη μητέρα του μοιάζει να είναι κατά πολύ στενότερη από ό,τι η σχέση με τον πατέρα (Cole M., Cole S.R., 2002, σελ.94).

Επίσης, οι έφηβοι συνεχίζουν να περνούν αρκετό χρόνο με τους γονείς τους, όπως και με τους συνομηλικούς τους, αλλά οι διαφορές μεταξύ των δύο αυτών συναναστροφών είναι τόσο τρανταχτές, ώστε ο Montemayor τις αποκάλεσε «αντίθετους κοινωνικούς κόσμους» (Montemayor R., 1990, σελ.81). Επίσης, σε μία μετα-ανάλυση σχετικών ερευνών (Laurson B., Collins W.A., σελ.256-257) βρέθηκε ότι οι συγκρούσεις γονέων-εφήβων βρίσκονται στο μέγιστο στα μέσο - εφηβικά χρόνια.

Καθώς οι έφηβοι ανεξαρτητοποιούνται από τους γονείς τους, μπορούν να ξοδέψουν περισσότερο χρόνο με τους συνομηλικούς και να στραφούν σε αυτούς περισσότερο για κοινωνική υποστήριξη και ταυτότητα. Επίσης, η συμμόρφωση με τους συνομηλικούς, ειδικά σε αντικοινωνικές καταστάσεις, αυξάνεται μέχρι την αρχή της εφηβείας προτού ξανά μειωθεί. Οι ανησυχίες των εφήβων για τις φιλίες τους με συνομηλικούς οξύνονται επίσης σε αυτήν την ηλικία, σύμφωνα με μια μελέτη (Coleman J.C., σελ.255). Ο Coleman ζήτησε από εφήβους να ολοκληρώσουν ατελείς προτάσεις για τις φιλίες τους σε μικρές ομάδες και ανέλυσε τα αποτελέσματα για το συναισθηματικό περιεχόμενό τους. Τα θέματα της ανησυχίας και ο φόβος της απόρριψης από τους φίλους αυξήθηκαν από τα 11 στα 13 έτη και έπειτα στα 15 έτη, αλλά μειώθηκαν μέχρι τα 17 έτη (επίδραση που είναι ισχυρότερη για τα κορίτσια από ό,τι για τα αγόρια).

Όταν τα παιδιά εισέρχονται στην εφηβεία, οι σχέσεις τους με τους συνομηλικούς διέπονται από έντονη αναδιοργάνωση. Έχουν εντοπιστεί τέσσερις βασικές διαφοροποιήσεις στη ζωή των εφήβων που ζουν σε ανεπτυγμένες κοινωνίες (Brown B.B., 1990, σελ.56).

1. Η συναναστροφή με τους συνομηλικούς καταλαμβάνει ακόμη πιο πολύ χρόνο απ' όσο στη μέση παιδική ηλικία. Εκτός από το σχολείο, οι μαθητές του Γυμνασίου - Λυκείου περνούν διπλάσιο χρόνο με τους συνομηλικούς τους, σε σύγκριση με το χρόνο που αφιερώνουν στους γονείς ή

σε άλλους ενήλικες.

2. Οι ομάδες έφηβων συνομηλίκων υπόκεινται σε λιγότερη γονική καθοδήγηση ή έλεγχο. Αποκτούν παρές σε διαφορετικές από την περιοχή όπου διαμένουν γειτονιές, πιστεύοντας ότι έτσι οι γονείς δεν θα επιβλέπουν τις πράξεις τους.

3. Καθώς οι έφηβοι απομακρύνονται όλο και περισσότερο από τους ενήλικες, αναζητούν άτομα του αντίθετου φύλου. Αυτό το ενδιαφέρον για το άλλο φύλο γενικά θεωρείται ότι είναι ο κύριος λόγος της οργάνωσης ομάδων-συνομηλίκων στην εφηβεία.

4. Τα μέλη αυτών των ομάδων πολλαπλασιάζονται καθώς και οι φιλίες αποκτούν μεγαλύτερη ένταση.

Στις Ηνωμένες Πολιτείες, έχει βρεθεί ότι οι έφηβοι περνούν κατά μέσο όρο 22 ώρες την εβδομάδα με τους συνομηλίκους τους (Csikszentmihalyi M., Larson R, 1984, σελ.57), αναφέροντας πως περνάνε περισσότερο χρόνο με φίλους παρά με την οικογένεια ή μόνοι τους. Οι ίδιοι αναφέρουν ότι περνάνε καλύτερα με τους φίλους τους παρά με οποιονδήποτε άλλο (Youniss J., Smollar J., 1985, σελ.57).

Οι στενοί ή 'κολλητοί' φίλοι στην εφηβεία τείνουν να μοιάζουν μεταξύ τους και αυτό φαίνεται πως διατηρείται καθ' όλη τη διάρκεια της εφηβείας (Cole M., Cole S.R., 2002, σελ.58). Οι έφηβοι επιλέγουν φίλους με τους οποίους μοιράζονται ενδιαφέροντα, αξίες, πεποιθήσεις και συμπεριφορές (Youniss J., Smollar J., 1985, σελ.57). Η αφοσίωση και η οικειότητα αποτελούν τα σημαντικότερα κριτήρια της φιλίας στην εφηβεία, ειδικά για τα κορίτσια. Είναι στις προσωπικές, εκμυστηρευτικές συζητήσεις μεταξύ τους που οι έφηβοι προσδιορίζουν τους εαυτούς τους και εξερευνούν την ταυτότητά τους. Τα αγόρια περιμένουν άλλα πράγματα από τους φίλους τους από ότι τα κορίτσια. Ενώ τα πρώτα αναζητούν υποστήριξη όταν διαξιφίζονται με την εξουσία, τα τελευταία ψάχνουν για φίλες στις οποίες μπορούν να εμπιστευθούν τα προβλήματα και τα συναισθήματά τους.

Οι σχέσεις των εφήβων με τους συνομηλίκους τους έχουν μεγάλη σημασία, επειδή δίνουν τη δυνατότητα στον έφηβο να 'εκπαιδεύσει' τον εαυτό του στη διαπροσωπική αλληλεπίδραση, στον έλεγχο της κοινωνικής συμπεριφοράς και στη δημιουργία ενδιαφερόντων. Επίσης, η εμπιστοσύνη και το συναίσθημα του μοναδικού της σχέσης καθιστούν τη σύναψη φιλιών ιδιαίτερα σημαντική. Χωρίς φίλους ή φίλες, ο έφηβος βλέπει τον κόσμο ως ένα «κρύο, αφιλόξενο μέρος για να ζει κανείς» (Herbert M., 1999, σελ.71-78). Για τη δημιουργία φιλιών, απαιτείται κάποιος βαθμός αυτοεκτίμησης, αυτογνωσίας και κοινωνικής ευαισθησίας. Οι νέοι που δεν έχουν προβλήματα αποδοχής από τους συνομηλίκους τους εκδηλώνουν ευαισθησία, ανταπόκριση και μεγαλοψυχία, νιώθουν σιγουριά στις κοινωνικές τους σχέσεις, βλέπουν τα πράγματα από την πλευρά των άλλων, είναι καλοί στη λύση καθημερινών διλημμάτων των διαπροσωπικών σχέσεων, κάνουν τους άλλους να νοιώθουν ότι είναι αποδεκτοί και υπολογίσιμοι, και παρουσιάζουν ενσυναίσθηση. Η ενσυναίσθηση ορίζεται ως η ικανότητα του εφήβου να τροποποιεί τη συμπεριφορά του ανάλογα με τα (συχνά αρνητικά) συναισθήματα που δημιουργεί ή μπορεί να δημιουργήσει στους άλλους.

Υπάρχει ωστόσο έκδηλη η ανησυχία ότι ενδεχομένως δεν είναι καλό οι έφηβοι να περνάνε πάρα πολύ χρόνο με τους συνομηλίκους τους χωρίς την επίβλεψη των ενηλίκων. Η πίεση των συνομηλίκων δεν είναι πάντως βέβαιο ότι κάνει τους εφήβους να παρουσιάσουν αντικοινωνική συμπεριφορά. Οι έφηβοι επηρεάζουν όσο και επηρεάζονται από τους φίλους τους, αλλά όταν η συμπεριφορά ενός έφηβου δεν είναι αποδεκτή από τους συνομηλίκους του, η σχέση της φιλίας τείνει να χαλαρώνει (Cairns B.D., Cairns R.B., 1994, σελ.65). Συνεπώς, δεν είναι εύκολο να προσδιοριστεί το μέγεθος της επιρροής που ασκούν οι συνομήλικοι στη συμπεριφορά των εφήβων. Σε μεγάλο βαθμό, η εφηβεία είναι «ένας δρόμος που ενώνει την παιδική ηλικία με τη ζωή του ενηλίκου και όπου οδεύοντας ο έφηβος θα προσλάβει τελικά, παρά τις λοξοδρομήσεις και τα αδιέξοδα, μια γνώριμη, αναγνωρίσιμη μορφή» (Herbert M., 1999, σελ.22).

Η εφηβεία συχνά περιγράφεται με όρους που θα ταίριαζαν στην περιγραφή ενός καταθλιπτικού επεισοδίου. Μιλώντας για την εφηβεία, αναφέρουμε αυθόρμητα τη λύπη, τη διέγερση, το θυμό. Τα λογοτεχνικά έργα που αναφέρονται σε αυτή την περίοδο της ζωής, περιγράφουν τη θλίψη, την απαισιοδοξία και το συναίσθημα της χαμηλής αυτοεκτίμησης που βιώνουν οι νέοι.

Η καθημερινή παρατήρηση προσφέρει πολλά παραδείγματα εφήβων που περνούν ατέλειωτες ώρες απομονωμένοι, ξαπλωμένοι ή καθιστοί, νιώθοντας ανία και αδιαφορώντας για καθετί που συμβαίνει γύρω τους. Σε περίπτωση που μας εμπιστευτούν και συζητήσουν μαζί μας, διακρίνουμε αισθήματα ενοχής, ντροπής, απογοήτευσης που εναλλάσσονται με εξάρσεις πάθους και αίσθηση παντοδυναμίας. Η απότομη αλλαγή της διάθεσης είναι γνωστό χαρακτηριστικό της εφηβείας, αλλά οι περισσότεροι έφηβοι παρουσιάζουν συχνά ένα σταθερό καταθλιπτικό συναίσθημα. Αυτή η κατάσταση μας κάνει να αναρωτηθούμε αν και πότε η κατάθλιψη αποτελεί μια φυσιολογική εκδήλωση της εφηβείας ή εντάσσεται στα πλαίσια του παθολογικού και αποτελεί διαταραχή.

Η κατάθλιψη αναδεικνύεται σε ένα από τα συχνότερα προβλήματα της εφηβείας. Η συχνότητά της κυμαίνεται, σύμφωνα με τις έρευνες, από 3% έως 9%. Ως προς το φύλο, υπάρχει μια σαφής υπεροχή των κοριτσιών που παρουσιάζουν κατάθλιψη (τέσσερα κορίτσια προς ένα αγόρι). Η συχνότητα της κατάθλιψης είναι μεγαλύτερη όταν οι ίδιοι οι έφηβοι συμπληρώνουν τις διαγνωστικές κλίμακες, και μικρότερη όταν τις συμπληρώνουν οι γονείς τους. Συμπεραίνεται ότι οι γονείς παρατηρούν και ανησυχούν περισσότερο για τις διαταραχές της συμπεριφοράς κατά τη διάρκεια της εφηβείας και ασχολούνται λιγότερο με το πώς πραγματικά νιώθει ο έφηβος. Παράλληλα, υπάρχει μια δυσκολία εκ μέρους των εφήβων να περιγράψουν τα συναισθήματα άγχους και κατάθλιψης στους ενηλίκους και προτιμούν να τα κρατήσουν για τον εαυτό τους ή να ζητήσουν βοήθεια από συνομηλίκους τους.

Η βασική διαφορά από την κατάθλιψη των ενηλίκων είναι ότι ο έφηβος μπορεί να παρουσιάζει εριστικότητα αντί του καταθλιπτικού συναισθήματος. Γκρινιάζει συνεχώς, όλα του φταίνε, με αποτέλεσμα να δημιουργούνται προβλήματα στις σχέσεις μέσα στην οικογένεια αλλά και στο χώρο του σχολείου. Περιορίζει τις δραστηριότητες που συνήθως του προσφέρουν ευχαρίστηση και αυτές που απαιτούν σημαντική ενέργεια. Παραπονιέται για κούραση, αλλά κυρίως δείχνει να αδιαφορεί και να πλήττει. Οι σωματικές ενοχλήσεις (πονοκέφαλοι, κοιλιακοί πόνοι, δύσπνοια, ταχυκαρδία) αντικαθιστούν συχνά τα παράπονα που εκφράζουν για μιζέρια, δυστυχία και θλίψη. Η χαμηλή αυτοεκτίμηση οδηγεί σε κρίσεις και σχόλια για τον εαυτό τους, του τύπου "είμαι ηλίθιος, χαζός, βλάκας, αντιπαθητικός". Η απότομη και σημαντική μείωση των σχολικών επιδόσεων αποτελεί ένα από τα κύρια χαρακτηριστικά της κατάθλιψης στην εφηβεία.

Οι διαταραχές της συμπεριφοράς επίσης μπορεί να αποτελούν καταθλιπτικό ισοδύναμο. Η διάγνωση διαταραχών διαγωγής τίθεται όταν παραβιάζονται κοινωνικοί κανόνες ή καταπατούνται τα βασικά δικαιώματα των άλλων και αυτή η συμπεριφορά επαναλαμβάνεται συστηματικά για μεγάλο χρονικό διάστημα. Η κλινική εικόνα περιλαμβάνει επιθετικότητα, ψευδολογίες, κλοπές, εμπρησμούς, βανδαλισμούς και χρήση τοξικών ουσιών. Η καταφυγή στα ναρκωτικά είναι συχνά παρατηρούμενη συμπεριφορά ενός καταθλιπτικού εφήβου. Αναζητεί στιγμές ευφορίας που του προσφέρουν παροδικά οι τοξικές ουσίες, αν και καταλαβαίνει ότι με αυτό τον τρόπο δεν μπορεί να επιλύσει τα προβλήματά του. Η επιθετικότητα παρατηρείται πιο συχνά στα αγόρια, ενώ στα κορίτσια εμφανίζονται συχνότερα συμπτώματα διαταραχής της σεξουαλικής συμπεριφοράς.

Τα τελευταία χρόνια έχουν αυξηθεί κατά πολύ οι αυτοκτονίες και οι απόπειρες αυτοκτονίας που αναδεικνύονται σε χαρακτηριστική συμπεριφορά της εφηβείας. Οι απόπειρες αυτοκτονίας σηματοδοτούν την αποτυχία της μετάβασης από την κρίση της εφηβείας και αποτελούν σημαντικό τρόπο συμπεριφοράς και μέσο προσέγκυσης της προσοχής των άλλων.

Στην εφηβεία επίσης συναντώνται με αυξημένη συχνότητα τα αυτοκτονικά ισοδύναμα, συμπεριφορές που θέτουν σε κίνδυνο τη ζωή ή τη σωματική ακεραιότητα χωρίς να υπάρχει συνειδητή επιθυμία θανάτου (π.χ., επικίνδυνη οδήγηση μηχανής). Έχει παρατηρηθεί ότι η συχνότητα των αυτοκτονιών αυξάνεται σε μεγάλο βαθμό κατά τη μετάβαση από την παιδική ηλικία στην εφηβεία και αποτελεί τη δεύτερη αιτία θανάτου μετά τα τροχαία. Οι απόπειρες αυτοκτονίας διπλασιάζονται στην εφηβεία (18% στο γενικό πληθυσμό, 35% στους εφήβους), ενώ ως προς το φύλο στις απόπειρες υπερτερούν τα κορίτσια και στις επιτυχείς αυτοκτονίες τα αγόρια. Σημαντικό είναι επίσης ότι σε ένα μεγάλο ποσοστό (30-50%) ακολουθεί επανάληψη της απόπειρας σε διάστημα μικρότερο των έξι μηνών. Αυτό μας δείχνει τη μεγάλη απελπισία που νιώθει ο έφηβος και ότι κάθε απόπειρα, όσο και αν φαίνεται πιεστική ως προς το περιβάλλον και απευθύνεται κυρίως στους γονείς, πρέπει πάντα να αντιμετωπίζεται σοβαρά.

Η λήψη φαρμάκων (ασπιρίνες, *deron*) και η φλεβοτομία είναι οι συχνότερα χρησιμοποιούμενοι τρόποι αυτοκτονίας. Απόπειρες αυτοκτονίας κάνουν συχνά οι έφηβοι που παρουσιάζουν κατάθλιψη και νιώθουν ότι η ζωή δεν έχει νόημα και σκοπό. Αρνητικά γεγονότα, όπως μετανάστευση, κοινωνική απομόνωση, διαζύγιο των γονέων, αλλαγή σχολείου, σχολική αποτυχία και ερωτική απογοήτευση, μπορούν να οδηγήσουν στην αυτοκτονική πράξη. Η χρήση τοξικών ουσιών (ναρκωτικών) αποτελεί μια από τις συχνότερες αλλά και τις δυσκολότερα αντιμετωπίσιμες παθολογικές καταστάσεις της εφηβείας. Σε μια περίοδο σημαντικών αλλαγών και μεγάλης ψυχικής έντασης, όπως είναι η εφηβεία, τα ναρκωτικά παρουσιάζονται ως θαυματουργές ουσίες που υποτίθεται ότι λύνουν όλα τα προβλήματα. Βαθμιαία, ο έφηβος οδηγείται από τη χρήση στην εξάρτηση, στην αντικοινωνικότητα και την παραβατικότητα. Οι χρήστες παρουσιάζουν αυξημένη θνησιμότητα λόγω υπερβολικής δοσολογίας ή νοθευμένων ουσιών. Είναι επίσης ευάλωτοι σε μολύνσεις που μπορεί να προκαλέσουν ηπατίτιδα, AIDS, αποστήματα και γάγγραινα.

Η τοξικομανία ορίζεται ως η παθολογική κατάσταση κατά την οποία το άτομο έχει απολέσει τον έλεγχο της χρήσης της τοξικής ουσίας. Έχει αναπτύξει εξάρτηση και σε τυχόν διακοπή της λήψης παρουσιάζει στερητικό σύνδρομο. Η εξάρτηση καθιστά απαραίτητη την καθημερινή χρήση της ουσίας, η οποία με τη σειρά της προκαλεί εξασθένηση του επιθυμητού αποτελέσματος και ανοχή. Προκύπτει έτσι η ανάγκη συνεχούς αύξησης της ποσότητας της ουσίας, για να επιτευχθεί το ίδιο αποτέλεσμα.

Ο έφηβος καταναλώνει το μεγαλύτερο μέρος του χρόνου του για να προμηθευτεί την ουσία, να τη χρησιμοποιήσει και να ανανήψει από τα αποτελέσματά της. Αν διακοπεί η χρήση ή μειωθεί η ποσότητα, εμφανίζεται το στερητικό σύνδρομο, το οποίο παρουσιάζει ιδιαίτερα χαρακτηριστικά ανάλογα με την ουσία και εκδηλώνεται μέσω σωματικών συμπτωμάτων. Τα συχνότερα από αυτά είναι: σωματική δυσφορία με μυϊκή αδυναμία, ρίγη, διάρροια, πόννοι στην κοιλιά, στη μέση και στις αρθρώσεις, ιδρώτας, τρόμος, σπασμοί, αϋπνία, εριστικότητα και έντονη επιθυμία για χρήση της ουσίας.

5. ΣΧΕΣΕΙΣ ΓΟΝΕΩΝ- ΕΦΗΒΩΝ

Η εφηβεία στάθηκε πάντα μια ηλικία που γοήτευε τους ανθρώπους. Εφηβεία σημαίνει ανάπτυξη, δηλαδή όταν το παιδί αφήνει πίσω του τη φάση της προστατευμένης παιδικής ηλικίας και γίνεται ανεξάρτητο και μπορεί να φροντίσει μόνο του τον εαυτό του. Ο όρος 'εφηβεία' χρησιμοποιείται συνήθως για την περίοδο από τα δώδεκα ως τα δεκαοχτώ: τη μεταβατική περίοδο από την παιδική ηλικία στην ενήλικη ζωή (Hudson, W. H., 1918).

Η εφηβεία μπορεί να είναι ηλικία ασυγκράτητης χαράς και παράλληλα απαρηγόρητης θλίψης και απώλειας, συντροφικότητας και μοναξιάς, εμπιστοσύνης και αμφιβολίας για τον εαυτό τους. Πάνω από όλα είναι μια εποχή ραγδαίας αλλαγής: οργανικές, σεξουαλικές και νοητικές εσωτερικές αλλαγές στον έφηβο και περιβαλλοντικές αλλαγές στη φύση των εξωτερικών απαιτήσεων, που έχει η κοινωνία από τα αναπτυσσόμενα μέλη της (Hudson, W. H., 1918).

Οι έφηβοι αποτελούν προϊόν της γενετικής τους κληρονομιάς, της οικογένειας και της κοινωνίας στην οποία ζουν, καθώς και της φροντίδας και της διαπαιδαγώγησης που λαμβάνουν από τους γονείς τους (Butler, S., 1910). Δεν μπορούν να αλλάξουν τα γονίδια που πήραν από τον πατέρα και τη μητέρα τους. Και ούτε μπορούν να αλλάξουν τον κόσμο στον οποίο ζουν. Επομένως, η οικογένεια αποτελεί το κρίσιμο σημείο.

Οι γονείς μπορούν να βοηθήσουν το παιδί τους καθώς μεγαλώνει, να του εξηγήσουν τον κόσμο, να το προειδοποιείτε για τους κινδύνους του, να αποτελέσετε το καλό παράδειγμα και να του δίνετε κουράγιο όταν χρειάζεται. Ο ρόλος του γονιού περιλαμβάνει τη φροντίδα, τη διδασκαλία και την καθοδήγηση που θα καταστήσει τελικά τα παιδιά ικανά να λαμβάνουν σωστές αποφάσεις (Butler, S., 1910).

Οι αλλαγές που συμβαίνουν κατά τη διάρκεια της εφηβείας προκαλούν συχνά σύγχυση, τόσο στους εφήβους όσο και στους γονείς τους. Με την έναρξη της εφηβείας, στην ηλικία των δέκα με δώδεκα για τα κορίτσια και δώδεκα με δεκατριών για τα αγόρια, παρατηρείται ταχεία σωματική αύξηση. Παράλληλα, ο τρόπος σκέψης του εφήβου αρχίζει να αλλάζει προς τον τρόπο σκέψης του ενηλίκου. Βαθμιαία οι έφηβοι αναπτύσσουν την ικανότητα να συγκρίνουν, να λαμβάνουν αποφάσεις βασισμένοι στην πραγματικότητα και να εκτιμούν τις συνέπειες. Παρατηρούν επίσης πώς συμπεριφέρονται μεγαλύτεροι νέοι και ποιές συμπεριφορές φαίνεται να γίνονται αποδεκτές από τους ενηλίκους και την κοινωνία (Conger J.J., 1976).

Υπάρχουν διάφορες προκλήσεις που οι γονείς των εφήβων μπορούν να αναμένουν (Lynd H., 1966):

- 1) **Αλλαγές:** όταν ένα παιδί μπαίνει στην εφηβεία τα πράγματα μπορεί να αλλάξουν. Για κάποιους γονείς, ο έφηβος είναι σαν ξένος που έχει έρθει να μείνει μαζί τους και επομένως μια νέα σχέση πρέπει να οικοδομηθεί.
- 2) **Δοκιμασίες:** οι έφηβοι έχουν την ισχυρή τάση για ανεξαρτησία, συνήθως ο ένας ή και οι δύο γονείς δεν εγκρίνουν αυτή την αναζήτηση της ελευθερίας. Όμως ακόμα και όταν τα παιδιά συνειδητοποιούν ότι πολλές από τις ιδέες ή τις απαιτήσεις τους δεν γίνονται αποδεκτές,

αισθάνονται την ανάγκη να δοκιμάσουν τους γονείς τους, για να προσδιορίσουν τα όρια που τους θέτουν. Πολλοί έφηβοι αμφισβητούν τις πεποιθήσεις των γονιών τους για το σεξ, το ποτό, τους τρόπους συμπεριφοράς ή το χρήμα.

- 3) **Απόρριψη:** ακόμα και όταν δεν συμβαίνουν μεγάλες συγκρούσεις μέσα στην οικογένεια, οι περισσότεροι έφηβοι απορρίπτουν τον ένα ή και τους δύο γονείς για κάποιο χρονικό διάστημα. Τα παιδιά στην εφηβική ηλικία συχνά έχουν ανάγκη να διαπιστώσουν αν μπορούν να λειτουργήσουν μόνο τους, χωρίς την καθοδήγηση των γονέων.
- 4) **Οι γονείς πρέπει να είναι διαλλακτικοί:** οι γονείς πρέπει να είναι διαλλακτικοί και να επιτρέπουν στο παιδί να δοκιμάζει, να εξερευνά και να επικοινωνεί μέσα στα όρια.
- 5) **Οι γονείς πρέπει να αφιερώνουν χρόνο για να ακούν προσεκτικά τα παιδιά τους:** τόσο οι γονείς όσο και ο έφηβος πρέπει να είναι διατεθειμένοι να αναβάλουν άλλες δραστηριότητες, προκειμένου να γίνει μια σοβαρή και ειλικρινή κουβέντα. Στην περίπτωση που οι έφηβοι θέλουν να μοιραστούν μαζί με τους γονείς τους τις ανησυχίες και τους προβληματισμούς, πρέπει οπωσδήποτε οι γονείς να αφιερώσουν χρόνο.

Η σταθερότητα σε μια οικογένεια μπορεί να κλονιστεί όταν ο νεαρός έφηβος αρχίζει να αποζητά την ανεξαρτησία, να αμφισβητεί τις αξίες των γονιών και να επηρεάζεται ολοένα και πιο πολύ από τις απόψεις των συνομηλίκων του. Η σχέση του εφήβου με τα μέλη της οικογένειας αλλάζει, όχι μόνο σε σχέση με τους γονείς, αλλά και με τα αδέρφια του, ιδιαίτερα όταν προσπαθεί να αναλάβει το ρόλο του γονέα απέναντί τους. Οι γονείς πρέπει να συμπεριφέρονται στο παιδί τους ανάλογα με το γνωσιακό του επίπεδο και όχι ανάλογα με τη φυσική του εμφάνιση (Spence J., 1978).

Η αγάπη είναι ο ισχυρός σύνδεσμος ή η αφοσίωση ενός ατόμου σε κάποιο άλλο. Η αγάπη γεννιέται ενστικτωδώς και στιγμιαία με τη γέννηση ή την υιοθέτηση ενός παιδιού. Είναι απαραίτητη για μια υγιή οικογενειακή ζωή και

τρέφεται με τη μακροχρόνια φροντίδα και τον αμοιβαίο σεβασμό (Spence J., 1978).

Η αγάπη στην οικογένεια δέχεται διαρκώς προκλήσεις, καθώς το παιδί μεγαλώνει. Ο έφηβος μπορεί να συμπεριφέρεται συχνά με ανάρμοστο τρόπο, που μπορεί να εξοργίζει τους γονείς ή να τους προξενεί θλίψη και ντροπή απέναντι στα άλλα μέλη της οικογένειας. Τα παιδιά αντεπεξέρχονται και στα πιο δύσκολα μονοπάτια, αν νιώθουν την αγάπη των γονιών τους. Αντίθετα, οι πιο εξαγριωμένοι νέοι είναι αυτοί που αισθάνονται εγκαταλελειμμένοι από τη μητέρα ή τον πατέρα τους

Η καλή επικοινωνία είναι απαραίτητη σε κάθε σχέση. Ο τρόπος με τον οποίο επικοινωνούν οι γονείς με τα παιδιά τους καθορίζει τι κίνητρα θα τους δώσουν, τι αξίες θα τους εμφυσήσουν και πώς θα τα ενθαρρύνουν να γίνουν υπεύθυνα. Όταν το παιδί μπαίνει στην εφηβεία, έχει ήδη διαμορφωθεί συνήθως ο τρόπος που επικοινωνούν οι γονείς. Η επικοινωνία στα δύσκολα χρόνια της εφηβείας μπορεί να είναι ιδιαίτερα προβληματική (Erikson E.H., 1968).

Πειθαρχία είναι η εκπαίδευση που καλλιεργεί τον αυτοέλεγχο, τον αυτοσεβασμό, τον αλληλοσεβασμό και τη συμμόρφωση προς ορισμένες αρχές, όταν αυτό είναι απαραίτητο. Η πειθαρχία και η επιβράβευση σε μια οικογένεια μπορεί να μην λειτουργούν με τον ίδιο τρόπο για κάποια άλλη. Κάθε οικογένεια είναι διαφορετική. Οι έφηβοι περνούν από διάφορα στάδια ανάπτυξης, για αυτό το λόγο οι μεταβολές στη συμπεριφορά τους πρέπει να συνοδεύονται και από ανάλογες προσαρμογές των μεθόδων πειθαρχίας (Erikson E.H., 1968). Οι παιδίατροι θεωρούν ότι η 'πρώτη εφηβική ηλικία' εκτείνεται από τα δέκα ή έντεκα χρόνια περίπου μέχρι τα δεκατέσσερα για τα κορίτσια και από τα δώδεκα μέχρι τα δεκαπέντε για τα αγόρια. Η 'μέση εφηβική ηλικία' αναφέρεται στα επόμενα δύο χρόνια και η 'τελική φάση της εφηβείας' από το τέλος της προηγούμενης μέχρι την ενηλικίωση.

Τα παιδιά στην πρώτη εφηβική ηλικία παλεύουν για ελευθερία, δοκιμάζουν τα όρια τους και απορρίπτουν τις αξίες των γονιών τους. Οι νέοι αυτοί είναι συνήθως ακατάστατοι, δεν τηρούν βασικούς κανόνες υγιεινής, δεν φέρνουν

εις πέρας δουλειές που τους έχουν ανατεθεί από τους γονείς, πειράζουν διαρκώς τα μικρότερα αδέρφια τους και δείχνουν έκπληκτοι όταν τους ασκείται κριτική. Σε αυτή την ηλικία οι γονείς οφείλουν να θέτουν όρια και κανόνες. Τα παιδιά στην μέση εφηβική ηλικία είναι κάπως πιο ώριμα. Αρχίζουν να εξοικειώνονται με τον εαυτό τους, γίνονται αποδεκτά από ομάδες συνομηλίκων που προτιμούν και έτσι εστιάζουν μεγάλο μέρος της προσοχής τους εκτός σπιτιού. Το αποτέλεσμα είναι να επανέρχεται η γαλήνη μέσα στην οικογένεια και οι σχέσεις να γίνονται ευκολότερες.

Στην τελική φάση της εφηβείας τα παιδιά είναι πολύ περισσότερο συγκροτημένα. Σχεδιάζουν το μέλλον τους και διευκολύνουν συχνά τη λειτουργία της οικογένειας. Η γαλήνη και η αναταραχή έρχονται και φεύγουν κατά καιρούς σε όλα τα στάδια. Στην εφηβεία η αντίσταση ενισχύεται ή αντικαθίσταται από μια ολοκληρωτική επανάσταση. Χρόνια μετά, όταν το παιδί ενηλικιωθεί και αποκτήσει δική του οικογένεια, διαιωνίζει τη συμπεριφορά των γονιών του (Spence J., 1978).

Η εφηβεία επιτείνει το άγχος αυτών των παιδιών. Οι έφηβοι αισθάνονται ανασφάλεια όσον αφορά τις προσδοκίες των άλλων, αλλά και τις δικές τους. Οι επιπλέον πιέσεις από την πλευρά των γονέων τους βάζουν υψηλούς στόχους και προθεσμίες, τους κάνουν να κρίνουν πολύ αυστηρά τον εαυτό τους και τους οδηγούν στην επιτυχία. Προσπαθούν διαρκώς να αντεπεξέλθουν στις προσδοκίες γονιών και φίλων, τόσο στις αληθινές όσο και σε αυτές που υποθέτουν ότι υπάρχουν. Αυτά τα χαρακτηριστικά διατηρούνται και στην ενήλικη ζωή και επηρεάζουν συχνά τους συζύγους και τα παιδιά, καθώς ο νεαρός ενήλικος εξακολουθεί να παλεύει για να πετύχει αυτά που 'πρέπει'.

Τόσο η επιβράβευση όσο και οι περιορισμοί πρέπει να εισάγονται στην οικογένεια αρκετά χρόνια πριν από την εφηβεία, για να περιορίσουν την εμφάνιση προβλημάτων στη διάρκεια της.

Οι έφηβοι έχουν τη φήμη ότι είναι απείθαρχοι και επαναστάτες, και αυτό οφείλεται στο γεγονός ότι θέλουν να σχηματίσουν δικές τους απόψεις και να κερδίσουν την ανεξαρτησία τους. Δεν είναι πια διατεθειμένοι να υποταχθούν αναντίρρητα στους γονείς τους. Απαιτούν το δικαίωμα να έχουν τη δική τους

κρίση και κυρίως να κάνουν δικές τους επιλογές, να διαλέγουν τα ρούχα τους, τους φίλους τους και τις διασκεδάσεις τους. Και θυμώνουν όταν οι μεγάλοι θέλουν να τους υπαγορεύσουν ποιους φίλους, ποια ρούχα ή ποιες διασκεδάσεις θα έπρεπε να έχουν (Stone L.J., Church J. 1968).

Η φύση της σχέσης του εφήβου με τους γονείς του έχει θεμελιακή σημασία. Ο έφηβος προσπαθεί να μεγαλώσει. Ο ρόλος του γονιού είναι να τον βοηθήσει να μεγαλώσει και όχι να προσπαθεί να τον καθυστερήσει. Αυτό σημαίνει ότι οι γονείς πρέπει να αφήνουν το παιδί ελεύθερο να κάνει τα πράγματα όπως τα θέλει αυτό και να το βοηθούν μόνο σε κατάλληλες στιγμές. Η άσκηση στην πειθαρχία θα πρέπει να γίνεται πολύ πριν φτάσει το παιδί στην εφηβεία και να έχει εδραιωθεί, είναι περιττό να προσπαθεί ο γονιός να επιβάλλει την πειθαρχία στην εφηβεία. Η επιρροή που μπορεί να ασκήσει ένας γονιός πάνω στον έφηβο εξαρτάται απόλυτα από την προηγούμενη σχέση τους (Stone L.J., Church J. 1968). Όσο ανεξάρτητος και αν είναι ο έφηβος θέλει πάντα να ενδιαφέρονται οι γονείς του για αυτόν και για τις πράξεις του. Η βεβαιότητα του παιδιού ότι κάποιος το πιστεύει είναι ένα από τα σπουδαιότερα προωθητικά στο δύσκολο αγώνα του, ακόμα και στην κορύφωση της αποτυχίας του.

Σύμφωνα με τον Erikson (1968), η ανάπτυξη της αίσθησης της προσωπικής ταυτότητας είναι ένα αναπόσπαστο κομμάτι της εφηβείας. *‘Πριν μπορέσει ο έφηβος να εγκαταλείψει με επιτυχία την ασφάλεια της παιδικής εξάρτησης από τους άλλους, πρέπει να έχει κάποια ιδέα για το ποιος είναι, που πάει και ποιες είναι οι δυνατότητες του να φτάσει’.*

Ο έφηβος με μια δυνατή αίσθηση ταυτότητας βλέπει τον εαυτό του σαν ένα ξεχωριστό άτομο. Ακόμα και ο όρος ‘άτομο’ υπογραμμίζει μια ανάγκη να βλέπει κανείς τον εαυτό του σαν κάτι ξέχωρο από τους άλλους, όσο και αν μοιράζεται μαζί τους κίνητρα, αξίες και ενδιαφέροντα. Μια ξεκάθαρη αίσθηση ταυτότητας προϋποθέτει την υποκειμενική σταθερότητα του εαυτού μέσα στο χρόνο, δηλαδή την ανάγκη να βλέπουμε ότι ο άνθρωπος που είμαστε σήμερα είναι ίδιος με τον άνθρωπο που ήμασταν χτες και που θα είμαστε αύριο.

Οι έφηβοι χρειάζονται χρόνο για να ενσωματώσουν τις γρήγορες αλλαγές του σώματος και της νόησης στην αργά εξελισσόμενη αίσθηση της ενοποιημένης ταυτότητας. Πολλοί έφηβοι συλλαμβάνουν τον εαυτό τους να υποδύεται ρόλους που αλλάζουν από στιγμή σε στιγμή και ανάλογα με την περίσταση, απορώντας αν κάποιος από αυτούς είναι ο πραγματικός τους εαυτός, αλλά δοκιμάζουν και συνειδητά διάφορους ρόλους ελπίζοντας να βρουν αυτόν που τους ταιριάζει (Ντολτό & Ντολτό – Τόλιτς, 1990).

Παρόλο που η ταυτότητα είναι ένα βασικό πρόβλημα της εφηβείας, αυτό δε σημαίνει ότι η διαμόρφωση της ταυτότητας αρχίζει και τελειώνει εκεί. Οι αρχές της τελικής ταυτότητας διαμορφώνονται πολύ πιο νωρίς. Η διεργασία αρχίζει στη βρεφική ηλικία και συνεχίζεται μέσα από όλες τις μερικές ταυτίσεις που κάνει το παιδί με τους γονείς, τους συνομήλικους, τα αδέρφια και τους ενήλικους έξω από την οικογένεια, μέχρι την ωρίμανση του (Δεληγιάννη & Σακκά, 2005).

Το αν η διεργασία του σχηματισμού της ταυτότητας θα είναι σχετικά απλή ή περίπλοκη, σύντομη ή παρατεταμένη, επιτυχημένη ή αποτυχημένη, εξαρτάται από πολλούς παράγοντες.

Στη σύγχρονη κοινωνία υπάρχουν πολλές δυνατότητες και ευκαιρίες για προσωπική ανάπτυξη και εξέλιξη. Η πληθώρα όμως αυτή των πιθανών επιλογών μπορεί να προκαλέσει σύγχυση, και στην κοινωνία μας δεν υπάρχει ομοφωνία σχετικά με τις αξίες και τον τρόπο ζωής, ποιες δουλειές είναι οι πιο αξιόλογες, ποιες είναι οι παραδεχτές σεξουαλικές αξίες και συμπεριφορές, το ρόλο της οικογένειας ή τους κατάλληλους ρόλους για τους άντρες και τις γυναίκες. Οι νέοι πρέπει όλο και περισσότερο να βασιστούν στη δική τους κρίση. Οι γονείς μπορούν καθοριστικά να βοηθήσουν ή να παρεμποδίσουν την ανάπτυξη μιας ισχυρής αίσθησης ταυτότητας. Γονείς, που έχουν οι ίδιοι ξεκάθαρη ταυτότητα και που μπορούν να χρησιμεύουν σαν υγιή πρότυπα για τα παιδιά τους, διευκολύνουν πολύ αυτή τη διεργασία (Tanner J.M., 1970).

Η οικογένεια με έναν μόνο γονιό μπορεί να προκύψει με ποικίλους τρόπους. Το 75% με 80% των εφήβων ζουν λόγω διαζυγίου σε μονογονεϊκές

οικογένειες. Ένα ακόμη 10% με 15% ζουν σε αυτή την τροποποιημένη μορφή οικογένειας λόγω θανάτου του ενός γονέα. Στις υπόλοιπες περιπτώσεις ο γονιός, συνήθως η μητέρα, δεν παντρεύτηκε ποτέ.

Δεν υπάρχει αμφιβολία ότι δύσκολα ξεπερνάει ένα παιδί το διαζύγιο. Αν και ορισμένοι πιστεύουν ότι οι έφηβοι έχουν τη δυνατότητα να χειρίζονται καλύτερα αυτή την οικογενειακή κρίση σε σχέση με τα μικρότερα παιδιά, μελέτες δείχνουν ότι αυτό δεν συμβαίνει κατά ανάγκη. Πολλοί είναι οι έφηβοι που θεωρούν ένα διαζύγιο τόσο καταστροφικό όσο και ένα θάνατο (Παπαδιώτη-Αθανασίου, 2000).

Η αντίδραση του εφήβου θα εξαρτηθεί από πολλούς παράγοντες: το λόγο του διαζυγίου, τη συναισθηματική σταθερότητα τόσο του γονιού που μένει σπίτι όσο και αυτού που αποχωρεί, τις οικονομικές δυσκολίες που προκλήθηκαν από το διαζύγιο και την ψυχολογική στήριξη από την πλευρά της ευρύτερης οικογένειας και του κοινωνικού περιγυρού.

Οι θεαματικές εξελίξεις της φυσικής ανάπτυξης των εφήβων συνοδεύονται από εντυπωσιακές προόδους στις νοητικές ικανότητες. Το μέσο δεκατετράχρονο παιδί μπορεί να καταπιάνεται εύκολα και αποτελεσματικά με προβλήματα νοημοσύνης, που ένα παιδί δέκα χρόνων θα έβρισκε πάρα πολύ δύσκολα (Flavell J.H., 1963). Η γενική νοητική ικανότητα αυξάνει ραγδαία από την παιδική ηλικία ως την εφηβεία και ο ρυθμός επιβραδύνεται αισθητά στην ενήλικη ζωή. Τα χρόνια ανάμεσα στην ήβη και την ενηλικίωση είναι πολύ σημαντικά για την εξέλιξη της νοημοσύνης ή της νόησης του ανθρώπου (Maccoby E.E., Jacklin C.N., 1974).

Οι ικανότητες που αντιπροσωπεύουν την βιολογική ικανότητα, όπως ταχύτητα αντίληψης, αναλυτική σκέψη και νοητική ευελιξία, αναπτύσσονται πιο γρήγορα στην παιδική και εφηβική ηλικία και παρακμάζουν πιο νωρίς και πιο γρήγορα στην ενήλικη περίοδο, από ότι οι ικανότητες που επηρεάζονται από την πείρα, όπως η ευχέρεια λόγου. Η νοητική ανάπτυξη του εφήβου αντικατοπτρίζεται ακόμα και στη στάση του για τον εαυτό του και στα χαρακτηριστικά της προσωπικότητάς του, που θα είναι πολύ εμφανή σε αυτή

την περίοδο. Πολλοί έφηβοι, σε αυτό το στάδιο, γίνονται πιο εσωστρεφείς και αναλυτικοί.

Οι έφηβοι συχνά μοιάζουν εγωκεντρικοί στη σκέψη και τη συμπεριφορά τους. Σε αυτό το στάδιο αντιλαμβάνονται ότι και άλλοι άνθρωποι είναι ικανοί για νοητικές διεργασίες ίδιες με τις δικές τους. Όμως στην αρχή δεν μπορούν να διαφοροποιήσουν καθαρά το περιεχόμενο των δικών τους σκέψεων από αυτό των άλλων. Σαν συνέπεια μπορεί να καταλήξουν στο συμπέρασμα ότι όπως και εκείνους τους απασχολεί ο εαυτός τους, έτσι και οι συνομήλικοί τους, σκέφτονται σχεδόν αποκλειστικά την εμφάνιση τους και τη συμπεριφορά τους. Μια σειρά από άλλα κοινά εφηβικά χαρακτηριστικά φαίνεται ότι σχετίζονται με τη νοητική ανάπτυξη. Η συχνή χρήση της ειρωνείας και τα λογοπαίγνια μπορεί να είναι μια άσκηση του νέου πάνω στο νέο του ταλέντο να σκέφτεται στο επίπεδο των συμβόλων. Η νοητική εξέλιξη του εφήβου παίζει σημαντικό ρόλο στη δημιουργία μιας καλά καθορισμένης ταυτότητας. Ο έφηβος μπορεί να δοκιμάσει πολλούς διαφορετικούς ρόλους προσπαθώντας να βρεί αυτούς που προσωπικά μοιάζουν πιο άνετοι, πιο ικανοποιητικοί και αυτούς που ανταποκρίνονται στο ταλέντο του και τις ευκαιρίες του (Elkind D., 1968).

Οι συγκρούσεις με τους γονείς είναι φυσικές και αναμενόμενες, ιδιαίτερα στα πρώτα χρόνια της εφηβείας. Καθώς διευρύνονται οι πνευματικοί τους ορίζοντες, οι έφηβοι αρχίζουν να βλέπουν ότι οι αξίες και ο τρόπος ζωής της οικογένειας δεν είναι οι μόνες πιθανές (Douvan E., Adelson J., 1966). Ο έφηβος είναι σε θέση να καταλάβει ότι, όχι μόνο υπάρχουν περιθώρια για εναλλακτικές αξίες, απόψεις ή πράξεις, αλλά ότι και ο τρόπος άλλων γονιών μπορεί ουσιαστικά να είναι ανώτερος από αυτόν των δικών του. Ο νέος θα φτάσει τελικά στο συμπέρασμα ότι, ενώ οι γονείς του δεν ξέρουν όλες τις απαντήσεις, οι γνώμες και οι γνώσεις τους μπορούν ακόμα να τους βοηθήσουν.

Μια άλλη συνηθισμένη αιτία σύγκρουσης ανάμεσα στους γονείς και τους εφήβους είναι η συνήθεια. Είναι συχνά δύσκολο για τους γονείς να καταλάβουν ότι το παιδί τους δεν είναι πια παιδί και ότι οι κανόνες και οι

κανονισμοί που ήταν κατάλληλοι όταν τα παιδιά τους ήταν πιο μικρά, δεν είναι πια εφαρμόσιμοι. Ακόμα και όταν το καταλάβουν, είναι συχνά δύσκολο να κόψουν τις παλιές συνήθειες. Μια άλλη αιτία για τη σύγκρουση ανάμεσα στους γονείς και τους εφήβους είναι ότι η σύγχρονη κοινωνία δεν παρέχει ξεκάθαρες υποδείξεις, ούτε στους γονείς, ούτε στα παιδιά, για την κατάλληλη συμπεριφορά των εφήβων στην κάθε ηλικία (Braconnier, Marcelli, 2002).

Το πρόβλημα της σύγχρονης κοινωνίας, το τι να περιμένει από τους εφήβους και πως να τους πείσει να ανταποκριθούν σε αυτές τις προσδοκίες, έχει περιπλέκει από την ταχύτητα των κοινωνικών, ηθικών και πολιτικών αλλαγών στα τελευταία χρόνια. Είναι τόσο μεγάλη η αλλαγή στις τελευταίες δεκαετίες, που οι σημερινοί έφηβοι μεγάλωσαν σε έναν κόσμο τελείως διαφορετικό από των γονιών τους, έτσι που οι γονείς να μην μπορούν να επιστρατεύσουν τις δικές τους παιδικές και εφηβικές εμπειρίες για να κατανοήσουν τις ανάγκες, τα προβλήματα και τους στόχους των παιδιών τους. Ο πιο καθοριστικός παράγοντας που στο σημερινό κόσμο βοηθάει ή παρεμποδίζει το μέσο έφηβο να αντεπεξέλθει στις αναπτυξιακές απαιτήσεις της εφηβείας είναι οι γονείς του. Οι γονείς μπορεί να αγαπούν ή να απορρίπτουν, να είναι ήρεμοι ή αγχώδεις, άκαμπτοι ή ευέλικτοι, να ενδιαφέρονται ή όχι, υπάρχουν όμως δύο διαστάσεις της γονεϊκής συμπεριφοράς που έχουν ιδιαίτερη σημασία (Ford C.S., 1970).

Η πρώτη από αυτές τις διαστάσεις μπορεί να ονομαστεί αγάπη-εχθρότητα. Η ανάγκη των εφήβων να έχουν γονείς που αγαπούν, φροντίζουν, είναι αξιόπιστοι και προσφέρουν ασφάλεια, έχει αποδειχτεί και στις κλινικές εργασίες και στη συστηματική έρευνα με φυσιολογικούς, νευρωτικούς και 'εγκληματικούς' έφηβους. Χωρίς ισχυρές και ξεκάθαρες ενδείξεις της γονικής αγάπης, ο έφηβος, έχει λίγες πιθανότητες να αναπτύξει αυτό-εκτίμηση, εποικοδομητικές και ικανοποιητικές σχέσεις με τους άλλους και μια σίγουρη αίσθηση ταυτότητας. Με την πραγματική ζεστασιά και φροντίδα των γονιών οι νέοι μπορούν να υπερπηδήσουν εμπόδια που φαίνονται αξεπέραστα. Η εχθρότητα και η παραμέληση των γονιών είναι συστηματικά πιο συχνή από την παραδοχή, την αγάπη και την εμπιστοσύνη στις οικογένειες παιδιών με κάθε είδους προβλήματα, από τις νοητικές και μαθησιακές δυσκολίες και τις

ανεπαρκείς κοινωνικές σχέσεις με συνομήλικους μέχρι τις νευρώσεις, τις ψυχοσωματικές διαταραχές και τις διαταραχές προσωπικότητας, όπως η εγκληματικότητα (Conger, 1977).

Ίσως λιγότερο φανερό, αλλά εξίσου σημαντική είναι η θέση των γονιών στο θέμα ελέγχου και ελευθερίας.

Για να αντιμετωπίσουν με επιτυχία το σημερινό και τον αυριανό κόσμο, οι έφηβοι χρειάζονται πειθαρχία. Χρειάζονται όμως και ανεξαρτησία, αυτάρκεια, προσαρμοστικότητα και μια ισχυρή αίσθηση των δικών τους αξιών. Οι ερευνές έδειξαν ότι αυτά τα προτερήματα προωθούνται καλύτερα από γονείς που σέβονται τα παιδιά τους, που τα αφήνουν να παίρνουν μέρος στις οικογενειακές υποθέσεις και αποφάσεις και ενθαρρύνουν την κατάλληλη, για την ηλικία του παιδιού, ανεξαρτησία, ενώ παράλληλα, γεμάτοι εμπιστοσύνη, αναλαμβάνουν την τελική ευθύνη. Σύμφωνα με την Baumrind (1968), αυτοί οι γονείς είναι υπεύθυνοι, χωρίς να είναι αυταρχικοί. Εκτιμούν και την αυτόνομη θέληση και την πειθαρχημένη συμπεριφορά. Ενθαρρύνουν τη λεκτική συναλλαγή και όταν ασκούν τη γονεϊκή εξουσία με απαιτήσεις ή απαγορεύσεις, εξηγούν τους λόγους (Baumrind D., 1968, σελ.255-272).

Σε αντίθεση με τον υπεύθυνο γονιό είναι ο αυταρχικός, που λέει στον έφηβο τι να κάνει, χωρίς να αισθάνεται καμιά υποχρέωση να εξηγήσει τους λόγους. Αυτοί οι γονείς θεωρούν την υπακοή σαν απόλυτη αρετή και αντιμετωπίζουν κάθε προσπάθεια διαμαρτυρίας με επιβολή και τιμωρίες. Οποιαδήποτε ελεύθερη συζήτηση και αμφίδρομη συναλλαγή μεταξύ γονιών και εφήβου αποθαρρύνεται με την πεποίθηση ότι το νέο άτομο πρέπει να δέχεται αναντίρρηση το λόγο των γονιών του για το τι είναι σωστό.

Μερικοί γονείς φέρονται έτσι γιατί πιστεύουν ότι έτσι θα δημιουργήσουν 'σεβασμό για την εξουσία. Πολλά παιδιά αυταρχικών γονιών, λόγω του ότι δεν τους δόθηκε ποτέ η ευκαιρία να δοκιμάσουν τις δικές τους ιδέες ή να πάρουν ανεξάρτητες ευθύνες και επειδή οι γνώμες τους αντιμετωπίζονται σαν ανάξιες λόγου, βγαίνουν από την εφηβεία χωρίς αυτοπεποίθηση και αυτο-εκτίμηση, ανίκανοι να είναι αυτάρκεις, να δράσουν ανεξάρτητα ή να σκεφτούν για τον εαυτό τους (Bronfenbrenner U., 1974).

6. ΓΟΝΕΪΚΟΙ ΤΥΠΟΙ

Στη συγκεκριμένη ενότητα θα παρουσιαστούν διάφοροι γονεϊκοί τύποι. Βλέπε και Παράρτημα 1, προκειμένου να φανεί μέσα από αυτούς το πώς επηρεάζεται ο έφηβος ειδικά σε σχέση με την εύρυθμη και αρμονική του ένταξη στη κοινωνία. Συγκεκριμένα (Mussen P.H., Conger J.J., Kagan J. 1974, σελ.574):

- **Αποδοκιμαστικοί (Dismissive)** Αποδοκιμάζουν τις ανησυχίες των εφήβων, ενώ δεν είναι δεκτικοί στις επιλογές τους. Ο τύπος αυτός επηρεάζει την ένταξη του εφήβου, δημιουργώντας του το συναίσθημα της κατωτερότητας, ενώ συγχρόνως επηρεάζει και την εύρυθμη ένταξη του στο κοινωνικό σύνολο.
- **Αποστασιοποιημένοι – Απασχολημένοι (Enmeshed)** Είναι απασχολημένοι συνεχώς, αδιαφορώντας για τους προβληματισμούς και τις ανησυχίες του εφήβου, αδυνατούν να τον βοηθήσουν να ενταχτεί.
- **Αυταρχικοί (Authoritarian)** – Γονείς που έχουν αυστηρές ιδέες σχετικά με την πειθαρχία και τη συμπεριφορά, οι οποίες και είναι αδιαπραγμάτευτες.
- **Επιτακτικοί (Authoritative)** – Γονείς που έχουν διαμορφώσει ιδέες για την πειθαρχία και τη συμπεριφορά που επιδέχονται εξηγήσεις και συζήτηση με τους εφήβους. Οι επιτακτικοί γονείς είναι ζεστοί και αποδέχονται τους εφήβους, εν αντίθεση με τους αυταρχικούς γονείς.
- **Επιτρεπτικοί (Permissive)** – Γονείς οι οποίοι έχουν δημοκρατικές αντιλήψεις, σχετικά με την πειθαρχία και τη συμπεριφορά.

Με βάση τους παραπάνω τύπους και ανάλογα με το τι αντιπροσωπεύει, ο καθένας από αυτούς, οι πιο επιτακτικοί αλλά και δημοκρατικοί τύποι τείνουν να έχουν παιδιά που είναι δημοφιλή και κοινωνικά. Από την άλλη οι πιο αυταρχικοί τύποι τείνουν να έχουν παιδιά που απορρίπτονται κοινωνικά.

Σύμφωνα με τους θεωρητικούς η Συναισθηματική Νοημοσύνη περιλαμβάνει την «ενδοπροσωπική και διαπροσωπική νοημοσύνη» και ουσιαστικά επεκτείνεται σε ικανότητες που καλύπτουν τους πέντε ακόλουθους τομείς (Gottman, 2000):

- **Αυτό-επίγνωση:** παρατήρηση του εαυτού μας και αναγνώριση των συναισθημάτων μας την στιγμή που δημιουργούνται.
- **Έλεγχος συναισθημάτων:** έλεγχος των συναισθημάτων έτσι ώστε να είναι κατάλληλα κάθε στιγμή. Αναγνώριση του τι βρίσκεται πίσω από το συναίσθημα και εύρεση τρόπων αντιμετώπισης του άγχους, των φόβων, του θυμού.
- **Κινητοποίηση του εαυτού:** εξεύρεση κινήτρων για τον εαυτό. Διοχέτευση των συναισθημάτων για την εξυπηρέτηση ενός στόχου. Συναισθηματικός αυτό-έλεγχος με χαλιναγώγηση της παρορμητικότητας.
- **Ενσυναίσθηση:** αναγνώριση των συναισθημάτων και των αναγκών των άλλων.
- **Χειρισμός σχέσεων:** δεξιότητα χειρισμού των συναισθημάτων των άλλων. Ανάπτυξη κοινωνικής επάρκειας και κοινωνικών δεξιοτήτων.

Βασιζόμενοι στη συναισθηματική νοημοσύνη, οι θεωρητικοί κατέληξαν στους τέσσερις ακόλουθους τύπους γονέων (Mussen P.H., Conger J.J., Kagan J. 1974, σελ.574):

Αποστασιοποιημένοι γονείς. Είναι οι γονείς που αποφεύγουν και παραβλέπουν τα συναισθήματα των εφήβων. Ως κύρια χαρακτηριστικά αυτού του γονεϊκού τύπου αναφέρονται η αντιμετώπιση των συναισθημάτων του εφήβου ως ασήμαντων και συχνά η αποστασιοποίηση και αγνόηση τους ή ακόμη και γελοιοποίηση του συναισθήματος του εφήβου. Επίδειξη συνήθως ελάχιστου ενδιαφέροντος γι' αυτά που ο έφηβος προσπαθεί να εκφράσει. Συχνή είναι και η χρήση, διαφόρων περισπασμών προκειμένου να ανασταλούν τα εφηβικά συναισθήματα, εξαιτίας φόβου απώλειας του συναισθηματικού ελέγχου ή αβεβαιότητας για ικανή αντιμετώπιση τους. Ως

γονείς αισθάνονται άβολα, φοβούνται, πιέζονται, ενοχλούνται, πληγώνονται ή πνίγονται από τα συναισθήματα του εφήβου τους και ενδέχεται να μην έχουν επίγνωση των συναισθημάτων, ούτε των δικών τους ούτε των άλλων. Πιστεύουν ότι τα αρνητικά συναισθήματα του εφήβου τους φανερώνουν έλλειψη προσαρμοστικότητας ή τα αντιλαμβάνονται ως απαίτηση για διευθέτηση των πραγμάτων και δεν επιδιώκουν να επιλύσουν το πρόβλημα του εφήβου τους, μια και πιστεύουν ότι η λύση θα έρθει με το χρόνο.

Εξαιτίας της «αποστασιοποιημένης» διαπαιδαγώγησης οι έφηβοι μαθαίνουν ότι τα συναισθήματά τους είναι λανθασμένα, ακατάλληλα, δίχως αξία (Παππά, 2006).

Επικριτικοί-αποδοκιμαστικοί γονείς. Αυτή η γονεϊκή κατηγορία έχει πολλά από τα χαρακτηριστικά των «αποστασιοποιημένων» γονέων, εκφρασμένα με πλέον αρνητικό τρόπο, καθώς δεν αγνοούν απλώς, αλλά επικρίνουν τις συναισθηματικές εκφράσεις του εφήβου τους. Έχουν μια υπερβολική επίγνωση της ανάγκης να τεθούν όρια στον έφηβο. Δίνουν έμφαση στη συμμόρφωση του εφήβου με καλά πρότυπα ή συμπεριφορές και γι' αυτό επιπλήττουν, πειθαρχούν ή τιμωρούν το έφηβος τους για την έκφραση των συναισθημάτων του. Αυτό το κάνουν είτε ο έφηβος συμπεριφέρεται άσχημα είτε όχι. Πιστεύουν ότι η έκφραση αρνητικών συναισθημάτων πρέπει να έχει περιορισμένη χρονική διάρκεια, θεωρούν την εκδήλωσή τους ως δείγμα κακού χαρακτήρα και κρίνουν τον έλεγχο τους ως απαραίτητο. Καθώς διακατέχονται από την πεποίθηση ότι ο έφηβος εκφράζει αρνητικά συναισθήματα για να πετύχει κάποιο σκοπό, είναι συχνές οι συγκρούσεις επίδειξης ισχύος. Θεωρούν ότι τα συναισθήματα αποδυναμώνουν τους ανθρώπους.

Τα αποτελέσματα της «επικριτικής- αποδοκιμαστικής» διαπαιδαγώγησης του εφήβου είναι περίπου τα ίδια με τα αποτελέσματα της «αποστασιοποιημένης» διαπαιδαγώγησης (Mussen P.H., Conger J.J., Kagan J. 1974).

Οι «επιτρεπτικοί- παραχωρητικοί». Πρόκειται για γονείς που δεν θέτουν όρια και είναι παραχωρητικοί χωρίς να προσφέρουν καθοδήγηση. Αποδέχονται ελεύθερα την οποιαδήποτε συναισθηματική έκφραση του εφήβου και το παρηγορούν όταν βιώνει αρνητικά συναισθήματα, ωστόσο προσφέρουν

ελάχιστη καθοδήγηση σε θέματα συμπεριφοράς με αποτέλεσμα να μην βοηθούν τον έφηβο στην επίλυση των προβλημάτων του. Πιστεύουν ότι δεν μπορεί κανείς να κάνει κάτι για τα αρνητικά συναισθήματα παρά μόνο να προσπαθήσει να τα ξεπεράσει και έτσι δεν διδάσκουν τρόπους αντιμετώπισης των προβλημάτων.

Εξαιτίας της «επιτρεπτικής- παραχωρητικής» διαπαιδαγώγησης, όπως είναι αναμενόμενο, οι έφηβοι δεν μαθαίνουν να χειρίζονται τα συναισθήματά τους, δυσκολεύονται να συγκεντρωθούν, να κάνουν φίλους και να τα πάνε καλά με τους συνομηλίκους.

Οι «συναισθηματικοί μέντορες» πρόκειται για τους γονείς που εφαρμόζουν τη συναισθηματική αγωγή. Καθώς θεωρούν την έκφραση των αρνητικών συναισθημάτων ως ένα σημαντικό τομέα κοινωνικής ένταξης διαπαιδαγώγησης και ως μια ευκαιρία για στενή επικοινωνία και οικειότητα, αφιερώνουν χρόνο σε ένα λυπημένο, θυμωμένο ή φοβισμένο έφηβο. Έχουν επίγνωση και σέβονται τα δικά τους συναισθήματα και τα συναισθήματα του εφήβου και έτσι δεν αισθάνονται σύγχυση ή άγχος όταν πρόκειται να τα αντιμετωπίσουν. Διακρίνονται από ιδιαίτερη ευαισθησία στην εκάστοτε, έστω και ανεπαίσθητη, συναισθηματική κατάσταση του εφήβου και δεν θεωρούν ότι αυτοί πρέπει να διευθετούν το κάθε πρόβλημα για λογαριασμό του εφήβου τους. Αντίθετα αξιοποιούν τις στιγμές έκφρασης των συναισθημάτων (Mussen P.H., Conger J.J., Kagan J. 1974):

- Για να ακούσουν τον έφηβο.
- Για να δείξουν ενσυναίσθηση μιλώντας καθησυχαστικά και εκδηλώνοντας τη στοργή τους.
- Για να βοηθήσουν τον έφηβο να κατονομάσει το συναίσθημα που νοιώθει.
- Για να προσφέρουν καθοδήγηση στο χειρισμό των συναισθημάτων.
- Για να θέσουν όρια και να διδάξουν αποδεκτές εκφράσεις των συναισθημάτων.
- Για να διδάξουν στο έφηβο δεξιότητες επίλυσης προβλημάτων.

Σύμφωνα με τη συναισθηματική αγωγή ο έφηβος μαθαίνει να εμπιστεύεται και να χειρίζονται τα συναισθήματά του, αλλά και να λύνει τα προβλήματά τους. Αποκτούν μεγαλύτερη αυτοεκτίμηση, αναπτύσσουν σημαντικές ικανότητες μάθησης και έχουν καλές σχέσεις με τους άλλους, οπότε και εντάσσονται πιο εύκολα στο κοινωνικό σύνολο.

7. Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ ΣΤΗΝ ΨΥΧΟΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΟΥ ΕΦΗΒΟΥ

Η οικογένεια ορίζεται ως μια οποιαδήποτε ομάδα ανθρώπων που αποφασίζουν να ζήσουν μαζί μέσα στα πλαίσια ενός νοικοκυριού. Οι βιολογικοί και άλλοι συσχετισμοί μεταξύ των ατόμων αυτών μπορεί να είναι πολλοί. Όμως τα άτομα αυτά χαρακτηρίζονται από το ότι συμμετέχουν συναισθηματικά και μοιράζονται μια κοινή ζωή, αναλαμβάνοντας παράλληλα από κοινού τις πολλαπλές ευθύνες που έχει η οικογενειακή ζωή. Η οικογενειακή συνοχή δεν εξαρτάται από το είδος της δομής της. Η δυναμική που αναπτύσσεται μεταξύ των μελών που την αποτελούν, ανεξάρτητα από τους βιολογικούς ή άλλους συσχετισμούς, είναι αυτή που καθορίζει την ανάπτυξη και τη λειτουργία μιας οικογένειας (Ramon-Rivie).

Οι έφηβοι παρακολουθούν, ακούν και μαθαίνουν συνεχώς, γι' αυτό και οι γονείς οφείλουν να είναι πάρα πολύ προσεκτικοί. Αν ο έφηβος αισθάνεται άνετα γιατί οι γονείς τους υπήρξαν δίκαιοι απέναντί του και συνεπείς στις απόψεις τους, προσφέροντας του χώρο για να μεγαλώσει και δείχνοντας του αγάπη ακόμη και στις δύσκολες στιγμές του, θα διατηρήσουν ανέπαφους τους οικογενειακούς δεσμούς, αλλά και την επικοινωνία μαζί τους (Τσιάντης, 1996, 1997).

Αν οι γονείς και ο έφηβος σταματήσουν να μιλούν τότε το μεταξύ τους τείχος γίνεται όλο και αδιαπέραστο, σε σημείο που πλέον να μη μιλά ο ένας στον άλλο. Ακόμα όμως και τότε στους γονείς πέφτει το βάρος να κρατήσουν ανοικτούς τους διαύλους επικοινωνίας, γιατί παρά την αντίσταση που επιδεικνύουν στο να μοιράζονται κομμάτι της ζωής τους με την οικογένειά τους, οι έφηβοι έχουν ακόμη την ανάγκη να επικοινωνούν με τους γονείς

τους. Εντός της οικογένειας νιώθουν ασφάλεια και σιγουριά, και θέλουν να ξέρουν ότι οι γονείς τους νοιάζονται και είναι διαθέσιμοι να τους βοηθήσουν σε ότι χρειάζονται.

Βέβαια υπάρχουν κάποια θέματα, τα οποία δε θέλει ο έφηβος να μοιράζεται με τους γονείς τους, όπως θέματα σεξουαλικής φύσεως. Δε χρειάζεται ο γονέας να υπεισέρχεται σε λεπτομέρειες της σεξουαλικής ζωής των εφήβων, αλλά μπορεί να συνομιλεί με τον έφηβο για το φιλικό του περιβάλλον, εξάγοντας κάποια συμπεράσματα για τα άτομα με τα οποία συναναστρέφεται ο έφηβος. Άλλωστε οι απόψεις του για το σεξ είναι ήδη γνωστές μέσα από τα χρόνια της επικοινωνίας. Γιατί με την καθημερινή κουβέντα συζητούνται λοιπά ζητήματα, όπως τα συναισθήματα, οι τρόποι συμπεριφοράς, η υπευθυνότητα και οι έννοιες του σωστού και του λάθους. Στην αρχή της εφηβείας ο έφηβος δέχεται περισσότερο συζητήσεις για θέματα απτά παρά για θέματα φουτουριστικής σκέψεως. Δηλαδή, κατά την περίοδο αυτή, οι έφηβοι δε μπορούν να κατανοήσουν και να αναγνωρίσουν την σύνδεση αιτίου και αποτελέσματος (Gordon, 1989).

Η επικοινωνία μπορεί να καταστεί άκαρπη και η κατάσταση στο σπίτι ψυχροπολεμική, αν τα βάσανα και οι αγωνίες των γονιών διοχτετευθούν στους εφήβους. Οι γονείς οφείλουν να μην αγανακτούν και να μη νοιώθουν ότι οι έφηβοι είναι αγνώμονες όταν δεν ενδιαφέρονται να περάσουν την ώρα τους μαζί τους, όταν απορρίπτουν τις γονικές αξίες και όταν θεωρούν δεδομένα τα υλικά αγαθά που τους παρέχονται απαιτώντας συνεχώς περισσότερα.

Η τυχόν δυσαρέσκεια από τη ζωή που κάνει ο έφηβος, έχει σαν αποτέλεσμα οι γονείς να γίνουν υπερβολικά απαιτητικοί, προσδοκώντας να μην κάνουν οι τελευταίοι τα ίδια λάθη, μ' αυτούς. Αυτές οι αγωνίες καθίστανται τροχοπέδη στη δημιουργία καρποφόρας σχέσης γονέα εφήβου (Παπαδάτος Κ., 2003, σελ.73).

Σταδιακά ο έφηβος αναγνωρίζει τις επιμέρους εικόνες του εαυτού του σε ένα σύνολο το οποίο αναγνωρίζεται ως αναλλοίωτο και συνεχές. Η ταύτιση και η συμμόρφωση με στερεότυπα των συνομηλικών λειτουργεί μεταβατικά κατά

την λειτουργία εγκατάλειψης της ταύτισης με τους γονείς και την ανάπτυξη της προσωπικής ταυτότητας. Από την αίσθηση διάχυσης της ταυτότητας περνά σε μια περίοδο ύφεσης και παροδικών ταυτίσεων και προς το τέλος της εφηβείας έχει πλέον αναπτύξει την ικανότητα και κάνει από μόνος του επιλογές, να αφοσιώνεται σε σκοπούς και να αισθάνεται παγιωμένη την ταυτότητά του (Ανασασσόπουλος Δ., 1997, σελ.28-57).

Η συναισθηματική ανάπτυξη του εφήβου μέσα από την οικογένεια, απαρτίζεται από πέντε στοιχεία τα οποία έχουν σχέση με την αποτελεσματικότητα της οικογένειας στο συναισθηματικό τομέα. Τα στοιχεία αυτά είναι (Raymond - Rivier Berthe, 1989):

- **Ικανοποίηση.** Αναφέρεται στον βαθμό ικανοποίησης του εφήβου, από τον τρόπο με τον οποίο, η οικογένεια του τον αντιμετωπίζει. Συγκεκριμένα το κατά πόσο τον αποδέχεται, τον στηρίζει στις κινήσεις που κάνει και σε γενικές γραμμές, από τον τρόπο με τον οποίο κρίνει τις πράξεις του.
- **Διενεκτικότητα.** Αποτελεί τα αντίθετο της συνεκτικότητας και αναφέρεται στην ύπαρξη διαφωνιών, συγκρούσεων και ανταγωνισμού μεταξύ των μελών της οικογένειας.
Ανταγωνιστικότητα. Συναντάται σε όλες περίπου τις οικογένειες. Ο βαθμός και το είδος του ανταγωνισμού εξαρτώνται από τον τρόπο με τον οποίο λειτουργεί η οικογένεια, αλλά και από το επίπεδο αντιμετώπισης του εφήβου, σ' όλα τα στάδια της ανάπτυξης του.
- **Δυσκολία.** Αναφέρεται στο βαθμό δυσκολίας που αντιμετωπίζουν οι έφηβοι σ' επίπεδα επικοινωνίας και κατανόησης.
- **Συνεκτικότητα.** Είναι το συναίσθημα συμμετοχής στην ομάδα που αναπτύσσεται μεταξύ των ατόμων τα οποία επικοινωνούν και συνεργάζονται μέσα στο χώρο της οικογένειας.

Ολοκληρώνοντας τη συγκεκριμένη ενότητα αναφέρονται τα στοιχεία που στηρίζουν και ενισχύουν θετικά τη συναισθηματική ανάπτυξη του εφήβου μέσα στην οικογένεια (Γεώργα, 1983):

- ✓ Η συνεχής στήριξη
- ✓ Διατύπωση ξεκάθαρων κανόνων συμπεριφοράς.
- ✓ Έκφραση υψηλών προσδοκιών για τους εφήβους
- ✓ Θετική οικογενειακή ατμόσφαιρα

Σε πολλές περιπτώσεις ο συναισθηματικός αποκλεισμός τον οποίο βιώνει ο έφηβος από την οικογένεια του, έχει σαν αποτέλεσμα την συναισθηματική κατάπτωση του, η οποία σε πολλές περιπτώσεις τον οδηγεί σε δράσεις αρνητικές ακόμα και για την ίδια του τη ζωή. Ο έφηβος νοιώθει παραγκωνισμένος και συναισθηματικά πιεσμένος, μ' αποτέλεσμα να έχουμε φαινόμενα κατάθλιψης. Στις επόμενες υποενότητες θα μελετηθεί το που μπορεί να οδηγήσει η συναισθηματική κατάπτωση και συγκεκριμένη η κατάθλιψη τον έφηβο (Jersild, 1963).

8. Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ ΣΤΗ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΟΥ ΕΦΗΒΟΥ

Στην εφηβεία καθίσταται δυνατή η ολοκλήρωση της σεξουαλικής πράξης. Αυτό είναι απόρροια της βιολογικής ωρίμανσης και των ψυχικών αλλαγών που πραγματοποιούνται και αποτελεί ένα κεντρικό σημείο της ζωής του εφήβου. Η αποδοχή της σεξουαλικότητας στην εφηβεία αντανακλά την κοινωνική εξέλιξη, καθώς ορισμένες συμπεριφορές είναι επιτρεπτές ή μη σε διάφορες εποχές και σε διάφορους πολιτισμικούς χώρους. Η πρώτη ερωτική σχέση του εφήβου μπορεί να γίνει πηγή συναισθημάτων άγχους και ανασφάλειας για τον ίδιο αλλά και για τους γονείς του, οι οποίοι ανησυχούν και κρατούν συνήθως συντηρητική στάση σε αυτά τα θέματα (Μάνος, 1997).

Οι πρώτες προσεγγίσεις με άτομα του άλλου φύλου είναι συνήθως αδέξιες. Τα αγόρια μπορεί να είναι επιθετικά ή υπερβολικά ιπποτικά, να αναζητούν κατευθείαν τη σεξουαλική εμπειρία ή, αντίθετα, να κυριαρχούνται από ιδεαλιστικές προθέσεις. Τα κορίτσια, ενώ δείχνουν αρχικά ενδιαφέρον για τα αγόρια της ηλικίας τους, στη συνέχεια στρέφονται σε μεγαλύτερα αγόρια, τα οποία φαίνονται πιο ώριμα και ενδιαφέροντα. Μάλιστα, τα κορίτσια αναζητούν λιγότερο την καθαρή σεξουαλική εμπειρία και πιστεύουν περισσότερο στον έρωτα. Γενικά, οι σημερινοί έφηβοι ξεκινούν τις σεξουαλικές δραστηριότητες σε μικρότερες ηλικίες σε σχέση με τις παλιότερες γενιές. Αυτό δεν σημαίνει όμως ότι οι πρώτες σεξουαλικές εμπειρίες είναι πάντα επιτυχημένες. Συχνά φέρνουν ντροπή, φόβο και απογοήτευση, ενώ προκαλούν και έντονες ανησυχίες όσον αφορά στην αντισύλληψη και τη μετάδοση του AIDS (Greydanus et al., 2002).

Σ' επίπεδο αντισύλληψης δύο είναι τα βασικά μέτρα τα οποία συνήθως επιλέγουν οι έφηβοι τα προφυλακτικά και τα αντισυλληπτικά δισκία. Συγκεκριμένα (Παπαδάτος Κ., 2003, σελ.128):

- Στη περίπτωση των αγοριών τα προφυλακτικά είναι η μοναδική μέθοδος που προστατεύει αποτελεσματικά από περιπτώσεις εγκυμοσύνης αλλά και από τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα. Το προφυλακτικό πρέπει να τοποθετείται στο πέος όταν βρίσκεται σε πλήρη στύση και πριν εισχωρήσει στον κόλπο. Η κάλυψη του πέους πρέπει να είναι πλήρης σε όλο το μήκος του. Κατά την τοποθέτηση πρέπει να πιέζεται ο χώρος συλλογής σπέρματος ώστε αυτός να μην περιέχει καθόλου αέρα που θα μπορούσε να συμβάλλει στο σπάσιμο του προφυλακτικού κατά την εκσπερμάτιση. Το προφυλακτικό δεν είναι απόλυτα ασφαλές γι' αυτό καλό είναι να συνδυάζεται και με τα αντισυλληπτικά χάπια.
- Στη περίπτωση των κοριτσιών τα αντισυλληπτικά χάπια είναι η πιο αποτελεσματική μέθοδος προστασίας, για την ακρίβεια εμφανίζει 99,7% αποτελεσματικότητα. Δηλαδή περισσότερο από κάθε άλλη μέθοδο. Τα αντισυλληπτικά χάπια καλό είναι να συνοδεύονται και από τη χρήση προφυλακτικού, διότι δεν είναι δυνατόν να προστατέψουν από μεταδιδόμενα νοσήματα.

Τέλος ως βασική μέθοδο αντισύλληψης προτείνονται και τα σπιράλ τα οποία είναι πλαστικές ράβδοι σε σχήμα T που τοποθετούνται από το γυναικολόγο μέσα στη μήτρα και με τον καιρό απελευθερώνουν ουσίες που εμποδίζουν τη σύλληψη και την εμφύτευση του εμβρύου στη μήτρα. Έχουν πολύ υψηλά επίπεδα αντισυλληπτικής προστασίας και μπορούν να χρησιμοποιηθούν επίσης για άμεση και επείγουσα αντισύλληψη μετά την ερωτική επαφή. Το πρόβλημα είναι ότι σε μια έφηβη είναι δύσκολο να τοποθετηθούν, λόγω των πιθανών αντιρρήσεων που θα είχε η οικογένεια της, αλλά και των προγραμματισμών και χειρισμών που απαιτεί (Παπαδάτος Κ., 2003, σελ.128).

Οι έφηβοι είναι πιθανόν να πέσουν θύματα σεξουαλικής κακοποίησης, ειδικά σε περιπτώσεις πρόωρης ανάπτυξης. Στο πλαίσιο της διαπαιδαγώγησης του

παιδιού θα πρέπει οι γονείς να προσπαθήσουν να του διδάξουν τρόπους ώστε να αποτρέψει την όποια σεξουαλική επίθεση. Συγχρόνως σε σχέση με τη σεξουαλική κακοποίηση είναι αναγκαίο, ο έφηβος να έχει το θάρρος να μιλήσει στους γονείς του, μόνο μέσω της επικοινωνίας μπορεί να αποτραπεί το συγκεκριμένο γεγονός. Από την άλλη εφόσον γίνει σωστά η επικοινωνία με τους γονείς το γεγονός αυτό μπορεί να ξεπεραστεί ώστε να μην αφήσει κατάλοιπα τα οποία θα τον/την στιγματίζουν για όλη του/της τη ζωή (Neufeld, et. al., 2002).

Ο τρόπος με τον οποίο θα αντιμετωπίσει ένα άτομο τη σεξουαλικότητά του κατά τα διάφορα στάδια της ζωής του, εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από τη σεξουαλική διαπαιδαγώγηση που έλαβε σε όλη τη διάρκεια των παιδικών του χρόνων. Η σεξουαλική διαπαιδαγώγηση δεν αναφέρεται μόνο σε ζητήματα σεξουαλικών σχέσεων αλλά και σε ευρύτερα θέματα, όπως η εικόνα του εαυτού, η αυτοεκτίμηση, οι κανόνες ηθικής, ο αμοιβαίος σεβασμός και η αγάπη. Οι αξίες των γονέων μεταδίδονται μέσα από τα λόγια τους, αλλά κυρίως μέσα από τη στάση τους και το ζωντανό παράδειγμα που δίνουν στα παιδιά τους. Τα παιδιά από πολύ νωρίς δείχνουν περιέργεια για τα στήθη, τα οπίσθια και τα γεννητικά όργανα ανδρών και γυναικών. Πολλοί γονείς δεν διστάζουν να εμφανίζονται γυμνοί μπροστά στα παιδιά τους και να κάνουν μπάνιο μαζί τους, ενώ άλλοι κρύβονται επιμελώς. Οι ερωτήσεις που εκφράζουν τη σεξουαλική περιέργεια αρχίζουν συνήθως στην προσχολική ηλικία και κατ' αρχάς αναφέρονται στην ανατομία του ανθρώπινου σώματος. Τα παιδιά παρατηρούν τις διαφορές των γεννητικών οργάνων ανδρών και γυναικών ή συνομηλίκων ("Γιατί τα κορίτσια δεν έχουν πέος;") ή μεταξύ παιδιών και ενηλίκων ("Γιατί το πέος του μπαμπά είναι μεγαλύτερο από το δικό μου;") (Herbert, 1992).

Στη συνέχεια, έρχονται οι ερωτήσεις σχετικά με την τεκνοποίηση. Το περιεχόμενο και η διατύπωση των ερωτήσεων αλλάζουν ανάλογα με την ηλικία. Στην εφηβεία, π.χ., τα ερωτήματα αφορούν στις προγαμιαίες σχέσεις, την αντισύλληψη και τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα. Το ερώτημα που συνήθως θέτουν οι γονείς είναι πότε πρέπει να αρχίσει η σεξουαλική

διαπαιδαγώγηση. Η καταλληλότερη στιγμή φαίνεται να είναι όταν ρωτήσει το ίδιο το παιδί. Οι πληροφορίες ή οι υπερβολικές λεπτομέρειες που δίνονται χωρίς να έχει προλάβει το παιδί να αναρωτηθεί, δεν μπορούν να αφομοιωθούν και τις πιο πολλές φορές το αφήνουν αδιάφορο (*Θέματα Ψυχικής Υγείας Παιδιών και Εφήβων*, 2000).

Οι απαντήσεις θα πρέπει να είναι ξεκάθαρες και ακριβείς, σε γλώσσα που αντιστοιχεί στην ηλικία του παιδιού. Καλό είναι να αποφεύγονται τα μικροψέματα και οι απλοποιημένες θεωρίες που συνήθως χρησιμοποιούνται για τα μικρότερα παιδιά, καθώς γίνονται πιστευτές και είναι δύσκολο να ανασκευαστούν αργότερα. Ο άλλος χώρος στον οποίο παρέχεται σεξουαλική διαπαιδαγώγηση είναι το σχολείο. Μάλιστα, είναι ίσως ο πλέον κατάλληλος για την περίοδο της εφηβείας (Herbert, 1992).

Σε αυτό το στάδιο ανάπτυξης, ορισμένοι ντροπαλοί έφηβοι δεν νιώθουν άνετα να πλησιάσουν τους γονείς τους και να τους ρωτήσουν για τις ανησυχίες τους. Σκέφτονται ότι είναι παράδοξες ή αδικαιολόγητες, αλλά αυτό δεν τους εμποδίζει να τις βιώνουν έντονα και να δημιουργούν προσωπικές σεξουαλικές θεωρίες. Στο σχολείο φοιτούν παιδιά από διαφορετικές κοινωνικό-πολιτισμικές ομάδες και οικογένειες με διαφορετικά συστήματα αξιών. Οι απαντήσεις στα ερωτήματα των εφήβων είναι καλύτερο να δίνονται σε επιστημονική γλώσσα, με βάση τα βιολογικά δεδομένα, χωρίς να συσχετίζονται με ηθικές και προσωπικές αξίες (*Θέματα Ψυχικής Υγείας Παιδιών και Εφήβων*, 2000). Από την άλλη, οι γονείς θα πρέπει να μπορούν να προσαρμόζουν τις επιστημονικές γνώσεις στο πλέγμα αξιών της οικογένειας. Η σεξουαλική διαπαιδαγώγηση ξεκινά από την πρώιμη παιδική ηλικία και διαρκεί όλη τη ζωή. Μπορεί να γίνει με ή χωρίς την καθοδήγηση των γονέων. Αν το παιδί αφεθεί μόνο του, θα διαμορφώσει τις δικές του απόψεις με βάση πληροφορίες που θα πάρει από την αυλή του σχολείου ή από τα μέσα μαζικής ενημέρωσης. Κινδυνεύει να κατασκευάσει θεωρίες λανθασμένες, γελοίες ή τρομακτικές, οι οποίες κατ' ανάγκη θα επηρεάσουν τη μετέπειτα σεξουαλική συμπεριφορά του. Η συνεπής και απαλλαγμένη από προκαταλήψεις συμμετοχή των γονέων θα

επιτρέπει τόσο την υγιή αντιμετώπιση των ζητημάτων της σεξουαλικότητας όσο και τη μετάδοση των οικογενειακών ηθικών αξιών (Herbert, 1992).

Εκτός από την ετεροσεξουαλική σχέση, τη φυσιολογική έκφραση της σεξουαλικότητας στην εφηβεία, συχνά παρατηρούνται και ομοφυλοφιλικές συμπεριφορές. Οι έφηβοι ξεκινούν με τον αυνανισμό, εξερευνούν το σώμα τους και χρησιμοποιούν διάφορες προσωπικές φαντασιώσεις. Σε ομάδες συνομηλίκων συμβαίνουν συχνά αμοιβαίοι αυνανισμοί. Με αυτό τον τρόπο είναι δυνατόν να ξεκινήσει μια ομοφυλοφιλική σχέση, καθώς ένα άλλο άτομο συμμετέχει στην ανακάλυψη του εαυτού, προσφέροντας τη σιγουριά που απορρέει από το γεγονός ότι ανήκει στο ίδιο φύλο. Η επιλογή κάποιου που του μοιάζει πάρα πολύ κατευνάζει το άγχος που γεννά στον έφηβο η πρώτη επαφή με τη σεξουαλικότητα. Οι συμπεριφορές αυτές παρουσιάζονται κυρίως στην αρχή της εφηβείας. Είναι συχνότερες στα αγόρια και συνήθως παροδικές, ακολουθούμενες από ετεροσεξουαλικό προσανατολισμό. Πάντως, έχουν χειρότερη πρόγνωση όταν υπάρχει ομοφυλοφιλική δραστηριότητα από τα παιδικά χρόνια ή όταν οι έφηβοι συνάπτουν σχέσεις με ενήλικους άνδρες (Παρασκευόπουλος κ.α., 1995).

9. Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ ΣΤΗΝ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΟΥ ΕΦΗΒΟΥ

Ο κοινωνικός περίγυρος, η οικογένεια, οι συνομήλικοι κ.λ.π, αλλά και γενικότερα οι διάφορες κοινωνικές μεταβλητές οι οποίες χαρακτηρίζουν και καθορίζουν το ευρύτερο κοινωνικό περιβάλλον, επηρεάζουν τη διάπλαση του εφήβου. Στο συγκεκριμένο κεφάλαιο και έχοντας ήδη αναλύσει τον έφηβο αρχικά σ' επίπεδο γενετικό, συναισθηματικό και σεξουαλικό, θα προσπαθήσουμε να τον παρουσιάσουμε ως κοινωνικό των και μέσα από τις σχέσεις που αναπτύσσει με τους γονείς του αλλά και μέσα από τις σχέσεις που αναπτύσσει με τους φίλους του (Ramon-Rivie).

Η κοινωνική ανάπτυξη του εφήβου, επηρεάζεται από τα προηγούμενα επίπεδα, για παράδειγμα οι έφηβοι οι οποίοι είτε αναπτύσσονται πρώιμα είτε έχουν κάποια καθυστέρηση στην ανάπτυξη τους, είναι πιο απόμακροι και σε πολλές περιπτώσεις λόγω της *διαφορετικότητας*, που νομίζουν ότι έχουν αποξενώνονται. Από την άλλη το ίδιο ισχύει και με τους συναισθηματικά και σεξουαλικά καταπιεσμένους εφήβους. Ο τρόπος με τον οποίο η οικογένεια αντιμετωπίζει τον έφηβο τον ωθεί ή τον απωθεί από την ανάπτυξη υγιών κοινωνικών σχέσεων, αλλά και από την ένταξη του σ' ομάδες (Γεώργα, 1983).

Η μελέτη της οικογένειας και η κατανόηση των σχέσεων των μελών της μπορεί να εμπλουτισθεί και μέσα από την παρατήρηση της εξέλιξης των ρόλων της μητέρας και του πατέρα. Οι αλλαγές που έχουν υποστεί οι ρόλοι αυτοί με τα χρόνια, καθόρισαν και την επιρροή που έχουν στις σχέσεις αλληλεπίδρασεως με τους εφήβους. Η παραδοσιακή άποψη αιώνων πως η γυναίκα είναι η κατεξοχήν αρμόδια για τη φροντίδα και τη στήριξη των εφήβων, ενισχυμένη από θρησκευτικές, κοινωνικές και πολιτικές θέσεις και πρακτικές στις δυτικές κοινωνίες, επηρέασε και τις κοινωνικές επιστήμες που για μισόν περίπου αιώνα κράτησαν την ίδια γενική στάση (Jersild, 1963).

Η εστίαση αυτή της προσοχής στην προσφορά της μητέρας στην υγιή βιολογική και συναισθηματική ανάπτυξη των εφήβων είχε ως αποτέλεσμα να αγνοούνται ή να υποτιμώνται άλλα πρόσωπα που σχετίζονται με την ανάπτυξη των εφήβων. Σημαντικό πρόσωπο είναι ο πατέρας, ο ρόλος του οποίου μέσα στην οικογένεια και ιδιαίτερα η συμβολή του στην ομαλή ανάπτυξη των εφήβων, για δεκαετίες παραβλέφθηκε και συχνά υποτιμήθηκε. Μέχρι τα τέλη της δεκαετίας του '50 η μητέρα εμφανίζεται βιβλιογραφικά ως το βασικό πρόσωπο το κατεξοχήν υπεύθυνο για την παροχή φροντίδας και θεωρείται η κύρια υπεύθυνη για την ανάπτυξη και υποστήριξη των εφήβων (Παρασκευόπουλος).

Μεταγενέστεροι ερευνητές της περιόδου αυτής τονίζουν την "απουσία του πατέρα" (Birns, Hay, 1988), η θέση και οι υπευθυνότητες του οποίου βρίσκονται εκτός σπιτιού και επομένως μακριά από καθήκοντα που έχουν σχέση με τη διαπαιδαγώγηση, γι' αυτό και η ποιότητα των συνεισφορών του

μόνο έμμεσα μπορεί να εκτιμηθεί. Η μειωμένη προσφορά του πατέρα στα εφηβικά χρόνια ενισχύθηκε έντονα από την έμφαση που δίνεται στο μητρικό ρόλο και στο δεσμό μητέρας-εφήβου (Bowlby J., 1951, σελ.13).

Η θέση πως η σχέση μητέρας-εφήβου είναι το "πρωτότυπο" για όλες τις άλλες συναισθηματικές αλληλεπιδράσεις του εφήβου, ενώ η πατρότητα θεωρείται περισσότερο, κοινωνική υποχρέωση (Ainsworth M.D.S, 1968, σελ.969-1025), αποτέλεσε την κυρίαρχη θέση στην έρευνα για την οικογένεια και καθόρισε τους ρόλους των δύο γονέων για μεγάλο χρονικό διάστημα (Παρασκευόπουλος Ι. 1985, σελ.149-150).

Στη δεκαετία του '60 συμβαίνουν μια σειρά από αλλαγές που επηρεάζουν το παραδοσιακό πατριαρχικό μοντέλο της οικογένειας στις δυτικές κοινωνίες. Η μαζική έξοδος των γυναικών στην αγορά εργασίας, η αυξανόμενη πίεση για επαγγελματική σταδιοδρομία, η αύξηση του αριθμού των διαζυγίων, τα εκτός γάμου παιδιά και η εμφάνιση των μονογονεϊκών οικογενειών, είναι ορισμένοι από τους παράγοντες που μετέβαλαν τις σχέσεις των μελών της οικογένειας και επηρέασαν τις οικογενειακές δομές (Παρασκευόπουλος Ι. 1985, σελ.149-150).

Η έρευνα, κάτω από την πίεση των κοινωνικών αυτών αλλαγών, άρχισε να ενδιαφέρεται για το ρόλο του άντρα ως πατέρα και την ποιότητα των προσφορών του μέσα στην οικογένεια (Schaffer H.R, Emerson P.E, 1964). Η επόμενη δεκαετία, του '70, θεωρείται από πολλούς θεωρητικούς ως η δεκαετία του πατέρα (Lamb M.E, 1981, σελ.245-266). Το νέο μοντέλο της οικογένειας υποχρεώνει τους δύο συζύγους να αναθεωρήσουν τους ρόλους τους μέσα στην οικογένεια. Ο πατέρας καλείται να συμμετέχει στην ανάπτυξη του εφήβου προσελκύουν το ερευνητικό ενδιαφέρον για το είδος και την ποιότητα των προσφορών του, καθώς τώρα ενισχύεται η άποψη πως "οι έφηβοι ωφελούνται από τους δύο διαφορετικούς γονείς και οι γονείς έχουν το δικαίωμα να είναι διαφορετικές οντότητες" (Green P.J, 1989, σελ.121).

Κάτω από τα δεδομένα αυτά η αισιόδοξη στροφή προς τον πατέρα ενισχύεται από τη διαπίστωση πως ο ρόλος του χαρακτηρίζεται ως "αναδυόμενη προοπτική" που αξίζει να διερευνηθεί περαιτέρω καθώς η "φύση του ρόλου

του" παραμένει άγνωστη σε πολλά σημεία (Cohen N.K., Clark A.J., 1984, σελ.106-111).

10. Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΜΗΤΕΡΑΣ ΣΤΗΝ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΟΥ ΕΦΗΒΟΥ

Η έμφαση που δόθηκε τις προηγούμενες δεκαετίες στη συμβολή της μητέρας ήταν σύμφωνη με τις κοινωνικές προσδοκίες της εποχής για το μητρικό ρόλο, παρόλο που σταδιακά υπογραμμίζονταν και στοιχεία από τον αντίστοιχο ρόλο του πατέρα. Αντίστοιχα λοιπόν και το αυξημένο ενδιαφέρον για τη συνεισφορά του πατέρα μπορεί να αποδοθεί σε παράγοντες οικονομικούς, κοινωνικούς και νομικούς και αντανακλάται στο είδος των ερευνών της δεκαετίας του '80 και φτάνει ως τη σύγχρονη εποχή.

Ενδιαφέρουσα θεωρείται η διερεύνηση κατά πόσο το επάγγελμα της μητέρας επιδρά στις δραστηριότητες του πατρικού ρόλου. Η έκταση της εμπλοκής της μητέρας στα καθήκοντα φροντίδας του έφηβου βρέθηκε πως επηρεάζεται από την ένταση με την οποία εμπλέκεται η ίδια στην αγορά εργασίας, ενώ η εμπλοκή των πατέρων επηρεάζεται από τη συμπεριφορά των συζύγων τους (Hoffman-Wladis L., Hoffman L.M., 1966). Άλλες μελέτες επικεντρώνονται στις συνέπειες του επαγγέλματος της μητέρας στις σχέσεις πατέρα-εφήβου (Lamb M.E., 1975, σελ.245-266). Σειρά μελετών που αναφέρονται στην επαφή πατέρα-εφηβικής ηλικίας, αποκαλύπτουν την απουσία διαφορών που οφείλονται στην επαγγελματική κατάσταση της μητέρας. Οι εργαζόμενες πάντως μητέρες έχει βρεθεί πως αλληλεπιδρούν περισσότερο με τους εφήβους σε σύγκριση με τις νοικοκυρές (Pederson F.A., Cain R.L., 1980, σελ.740-752).

Ο πατέρας στις οικογένειες με εργαζόμενη τη μητέρα έχει μεγαλύτερη εμπλοκή. Περισσότερο όμως ενδεικτικοί παράγοντες που προφητεύουν την ανάπτυξη των εφήβων είναι η κοινωνικοοικονομική κατάσταση της οικογένειας και το περιβάλλον του σπιτιού, ενώ μικρή επίδραση φαίνεται να έχει ο αριθμός των παιδιών της οικογένειας (Hoffman-Wladis L., Hoffman L.M., 1966).

Με τα ευρήματα αυτά συμφωνούν οι Stuckey, Mc GHee & Bell (Stuckey F.M., Mc Ghee E.P., Bell J.N., 1982, σελ.35-644), που υποστηρίζουν πως η μητέρα εμπλέκεται περισσότερο σε καθήκοντα παροχής φροντίδας προσφέροντας περισσότερους επαίνους απ' ό,τι ο πατέρας, ενώ ο πατέρας εμπλέκεται περισσότερο στις δραστηριότητες του εφήβου στο κοινωνικό σύνολο. Οι ίδιοι ερευνητές αναφέρουν πως σε οικογένειες που εργάζονται και οι δύο γονείς, ο πατέρας και η μητέρα είναι περισσότερο όμοιοι στην αλληλεπίδραση με τα παιδιά τους απ' ό,τι οι γονείς με εργαζόμενο τον ένα γονέα.

Ο Lamb, M.E. (Lamb M.E., 1975, σελ.245-266), συνέκρινε εργαζόμενες και μη μητέρες και βρήκε διαφορές ανάμεσα στις δύο ομάδες σε ορισμένα χαρακτηριστικά και όχι στις συμπεριφορές τους. Οι μη εργαζόμενες μητέρες πίστευαν σε μεγαλύτερο βαθμό πως οι έφηβοι χρειάζονται αποκλειστικά τη μητρική φροντίδα.

Στην ομάδα των μη εργαζόμενων μητέρων και ο πατέρας πιστεύει έντονα πως η επαγγελματική δραστηριότητα της μητέρας έχει αρνητική επίδραση στην ανάπτυξη και κοινωνική ένταξη των εφήβων. Η πρόσφατη έρευνα της οικογενειακής αλληλεπίδρασης αναφέρει πως παρουσιάζονται ρόλοι εξειδίκευσης όσον αφορά στη μητρική και πατρική συμπεριφορά. Η εξέταση της βιβλιογραφίας που αφορά στην επίδραση που έχει η εκτέλεση των γονεϊκών καθηκόντων πάνω στην καλή ψυχολογική κατάσταση δείχνει πως αυτή δεν προσφέρει πάντα ικανοποίηση και καλή ψυχολογική κατάσταση στους ενήλικες και συχνά ευθύνεται για χαμηλή αυτό-εκτίμηση και ψυχολογική άγχος (Umberson D., Gore W.R., 1989, σελ.440-462).

Το μειωμένο κύρος για το μητρικό ρόλο των γυναικών, σε συνδυασμό με τις αυξανόμενες υψηλές προσδοκίες γύρω από την προσωπική ικανότητα για επιτυχημένο χειρισμό των αντίθετων ρόλων, επαγγελματική καριέρα και μητρότητα, προκαλούν άγχος και ένταση στις γυναίκες που εκφράζονται ως χαμηλή ψυχολογική κατάσταση (Rudolf E. J., Grosman K.E., 1988). Τα αντιφατικά συναισθήματα ευχαριστήσεως και φορτικότητας που νιώθουν οι γυναίκες από τη σχέση τους με τους εφήβους, βρέθηκε πως επηρεάζονται από την κοινωνική τάξη και την κουλτούρα των γυναικών όπως και από τις

πολιτιστικές αξίες, τα πιστεύω και τις παραδόσεις της κοινωνίας όπου ανήκει η οικογένεια.

Η ανάκληση των εμπειριών για το είδος των σχέσεων (ευνοϊκών ή μη) που είχαν με τους γονείς τους, βοηθά τις γυναίκες να έχουν καλή σχέση επαφής με τα έφηβα παιδιά τους. Οι Grossman, Freme, Bombik & Grosman (1988), βρήκαν πως η ποιότητα των σχέσεων μητέρας-εφήβου εξαρτάται, σε ένα ποσοστό, από την ανάκληση των εμπειριών που είχαν από τη δική τους παιδική ηλικία.

11. Ο ΡΟΛΟΣ ΤΟΥ ΠΑΤΕΡΑ

Οι έρευνες για τον πατρικό ρόλο της δεκαετίας του '80 και μετά, μεταφέροντας και την εμπειρία των προηγούμενων χρόνων, έχουν τα ακόλουθα χαρακτηριστικά:

- Ο πατέρας είναι εξίσου ικανός με τη μητέρα στα καθήκοντα παροχής φροντίδας των εφήβων (Weisberg P., Russell E.J., 1971, σελ.1575-1579). Ένα νέο στοιχείο που προκύπτει επίσης είναι πως, παρόλο που η μητέρα εξακολουθεί να αφιερώνει περισσότερο χρόνο στη διαπαιδαγώγηση των εφήβων σε σχέση με το πατέρα, εντούτοις έχει αυξηθεί η αλληλεπίδραση πατέρα-εφήβου σε σύγκριση με τα στοιχεία των προηγούμενων ερευνών (Roggman A.L., 1992, σελ.65-72).
- Ο χρόνος αλληλεπίδρασης του πατέρα με τους εφήβους είναι μικρότερος από τον αντίστοιχο της μητέρας (Roggman A.L., 1992, σελ.65-72). Πέρα όμως από το συνολικό ποσό του χρόνου που ξοδεύουν με τους εφήβους, πιο σημαντικός προσδιορισμός της επαφής θεωρείται η ποιότητα της μεταξύ τους αλληλεπίδρασης. Ένα άλλο λοιπόν ενδιαφέρον εύρημα των ερευνών της περιόδου αυτής είναι οι διαφορές που εντοπίζονται στο είδος της αλληλεπίδρασης (Pederson F.A., Cain R.L., 1980, σελ.740-752).

Έτσι οι γονεϊκοί ρόλοι που υιοθετούνται από άντρες και γυναίκες σε σχέση με τη κοινωνική ένταξη του έφηβου διακρίνονται από τον "αριθμό" και το "είδος" των δραστηριοτήτων που αναλαμβάνει ο καθένας. Τα ευρήματα από τις σχετικές έρευνες είναι ενδιαφέροντα καθώς υπογραμμίζουν τη θετική συνεισφορά του πατέρα μέσα στην οικογενειακή ζωή παρ' όλους τους διαπιστωμένους περιορισμούς του ρόλου του. - Μια σημαντική μεταβλητή για να εκτιμηθεί η συμμετοχή των αντρών στην οικογενειακή ζωή είναι ο χρόνος που περνάει ο πατέρας μόνος μ' όλη την οικογένεια. Βρέθηκε λοιπόν πως ο πατέρας των οικογενειών που εργάζονται και οι δύο γονείς εκτός σπιτιού συμμετέχουν περισσότερο στη κοινωνική ένταξη του εφήβου σε σύγκριση με τις οικογένειες που οι γυναίκες δεν εργάζονται, παρόλο που οι μητέρες εξακολουθούν να έχουν τον πρωταρχικό ρόλο (Birns & Hay F.D.).

Οι παραδοσιακές μετρήσεις της "επαφής" με τους εφήβους είναι διαφορετικές για τους άντρες και διαφορετικές για τις γυναίκες. Οι περισσότερες επαφές πατέρα-εφήβου συμβαίνουν με τη μητέρα παρούσα, σε αντίθεση με τις επαφές μητέρας-εφήβου που οι περισσότερες συμβαίνουν με τον πατέρα απόντα. Παράλληλα, ένα σημαντικό ποσοστό αντρών που φτάνει το 30% δεν ασχολείται με κανένα σχετικό καθήκον. - τα υψηλά επίπεδα πατρικής εμπλοκής στη κοινωνική ένταξη των εφήβων σχετίζονται με υψηλά επίπεδα επικοινωνίας ανάμεσα στους δύο συζύγους. Οι συνέπειες της πατρικής συμμετοχής στη κοινωνική ένταξη του έφηβου κρίνονται θετικές για την ανάπτυξη της αυτό-εκτιμήσεως των παιδιών (Roggman A.L., 1992).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΙΙΙ

ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

Η παρούσα μελέτη στηρίχθηκε στη δευτερογενή έρευνα βάσει της οποίας τα στοιχεία συλλέχθηκαν με σχετικά χαμηλό και απαίτησαν λιγότερο χρόνο για να συλλεχθούν.

Με βάση τα κριτήριά τους, τα παρόντα δευτερογενή στοιχεία είναι (Σταθακόπουλος, 2001):

Διαθέσιμα: Κάποιες φορές για κάποια εργασία μπορεί να μην υπάρχουν διαθέσιμα στοιχεία.

Σχετικά: Είναι δηλαδή σχετικά με την εργασία για την οποία συλλέχθηκαν.

Ακριβή: Είναι ακριβή τα στοιχεία, δεδομένου ότι ο προσδιορισμός της ακρίβειας των ακατέργαστων στοιχείων δεν είναι πάντα εφικτός.

Επαρκή: Η επάρκεια των στοιχείων αποτελεί σημαντικό κριτήριο για την υλοποίηση μιας εργασίας.

Σκοπός της παρούσας εργασίας, όπως τονίστηκε και στην εισαγωγή είναι η εννοιολογική αποσαφήνιση της έννοιας εφηβείας, παρουσιάζοντας τη διαδικασία ανάπτυξης του εφήβου και τα ενδεχόμενα προβλήματα, ψυχολογικά κυρίως, που αντιμετωπίζουν, αλλά και ο ρόλος τόσο της μητέρας όσο και του πατέρα στη διαδικασία αυτή ανάπτυξης του παιδιού τους.

Οι επιμέρους στόχοι, συνοπτικά ήταν:

1. Ο ορισμός της εφηβείας (παρουσίαση ανάπτυξης των εφήβων και τα προβλήματά τους) και
2. Η παρουσίαση του ρόλου της οικογένειας στην ανάπτυξη του εφήβου και τη μετάβασή του στο στάδιο της ωρίμανσης.

Ως πηγές εξωτερικής πληροφόρησης, στην δευτερογενή έρευνα και για την συλλογή συμπληρωματικών πληροφοριών που βοηθούν στην πιο τεκμηριωμένη εξαγωγή συμπερασμάτων παρατίθενται οι εξής παρακάτω:

1. Πηγές, όπως ομιλίες και ημερίδες
2. Ιδιωτικές έρευνες
3. Έρευνες από το διαδίκτυο
4. Περιοδικά και άλλες εκδόσεις που βγαίνουν κυρίως από κρατικούς φορείς.
5. Βιβλία ξένων και Ελλήνων συγγραφέων

Με βάση όλη την παραπάνω ανάλυση, η οποία κατέστη η προλογίζουσα αναφορά, στη παρούσα πτυχιακή μελέτη διαπιστώνεται ότι το σημερινό πεδίο έρευνας του εφήβου, αναφέρεται στις παρακάτω μεταβλητές:

- Βιολογική ανάπτυξη του εφήβου: Η οποία κυρίως αναφέρεται στη σωματική αύξηση αλλά και στις ορμές και επιθυμίες του σώματος, όπως αυτές διαμορφώνονται στο στάδιο της εφηβείας.
- Ψυχοσυναισθηματικές προσεγγίσεις: Οι οποίες δείχνουν το πώς ο έφηβος επηρεάζεται μέσα από τα συναισθήματα τα οποία αναπτύσσει, στο συγκεκριμένο στάδιο της ζωής του..
- Σεξουαλικές προσεγγίσεις: Οι οποίες αναφέρονται στο πως ο έφηβος αντιλαμβάνεται το σώμα του, πως λειτουργεί μ' αυτό και μέσα από αυτό και γενικά ποιοι είναι οι κίνδυνοι στους οποίους μπορεί να οδηγηθεί λόγω των σεξουαλικών του επιθυμιών τη περίοδο της ζωής του.
- Κοινωνικές προσεγγίσεις: Τέλος έχουμε το έφηβο ως κοινωνικό ον, πως δηλαδή εκφράζεται και λειτουργεί μέσα στο ευρύτερο κοινωνικό σύνολο είτε αυτό είναι η οικογένεια, το σχολείο κ.λ.π

Η συγκεκριμένη μελέτη εστίασε στην ανάλυση των τεσσάρων αυτών προσεγγίσεων, οι οποίες ορίζουν και καθορίζουν τον έφηβο ως οντότητα αλλά και στη μελέτη του ως οντότητα μέσα στο κοινωνικό σύνολο και ειδικά μέσα από τη σχέση που αναπτύσσει με την οικογένεια.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ IV

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ-ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

Ολοκληρώνοντας την περιγραφική προσέγγιση της εφηβείας θα πρέπει να αναφερθεί, όπως διαφάνηκε και μέσα από τη συγκεκριμένη μελέτη, ότι η εφηβεία είναι μια περίοδος της ζωής του ανθρώπου με έντονες και απότομες σωματικές μεταβολές που προκαλούν ψυχολογικές αντιδράσεις, φόβους και ανησυχίες τόσο στον έφηβο όσο και στους γονείς. Η εφηβεία είναι μια περίοδος του ατόμου, όπου ουσιαστικά διαμορφώνεται πλήρως ο χαρακτήρας του σ' όλα τα επίπεδα.

Οι όποιοι λανθασμένοι χειρισμοί, από την οικογένεια μπορούν να οδηγήσουν τον έφηβο στην απόλυτη ψυχολογική και συναισθηματική καταρράκωση, η οποία θα τον ακολουθεί για όλη του τη ζωή. Η εφηβεία αποτελεί το στάδιο ένταξης του ατόμου και ένα βήμα πριν από την πλήρη διαμόρφωση του χαρακτήρα του. Αυτό σημαίνει ότι ειδικά η οικογένεια, πρέπει να κάνει το παν ώστε το άτομο ν' ενταχθεί σωστά, αλλά και να θυμάται πάντα αυτή τη περίοδο, ως τη καλύτερη της ζωής του.

Δεν είναι εύκολο ούτε για τους εφήβους ούτε για τους γονείς τους να μεγαλώνουν στο σημερινό κόσμο. Οι έφηβοι έχουν ακόμα την παραδοσιακή ανάγκη να προσαρμοστούν σε έναν εαυτό που αλλάζει γρήγορα σωματικά, σεξουαλικά και νοητικά και στις κοινωνικές απαιτήσεις για μεγαλύτερη ανεξαρτησία και αυτάρκεια. Οι γονείς πρέπει να αντεπεξέλθουν στη δική τους 'κρίση της μέσης ηλικίας'. Πρέπει ακόμα να παραδεχτούν το γεγονός ότι οι σχέσεις γονιού – παιδιού αναπόφευκτα θα αλλάξουν προς την κατεύθυνση της μεγαλύτερης ανεξαρτησίας σκέψης και δράσης του νέου παιδιού τους.

Μαζί με αυτά γονείς και έφηβοι έχουν να αντιμετωπίσουν έναν κόσμο που αλλάζει συνέχεια, που οι αξίες και οι παραδεχτές κοινωνικές συμπεριφορές

είναι ρευστές, η τεχνολογική πρόοδος αυξάνεται και δημιουργούνται καινούργια πολιτικά, κοινωνικά και περιβαλλοντικά προβλήματα.

Καθώς έφηβοι και γονείς αντιμετωπίζουν όλες αυτές τις αλλαγές, θα πρέπει να κρατήσουν τις μεταξύ τους γραμμές επικοινωνίας ανοιχτές. Οι έφηβοι εξακολουθούν να χρειάζονται την αγάπη, την καθοδήγηση και το ενεργό ενδιαφέρον των γονιών τους. Έτσι και οι γονείς χρειάζονται τα παιδιά τους, γιατί η ύπαρξη τους δίνει μεγαλύτερο νόημα στη ζωή τους και γιατί μπορούν να συμβάλλουν ουσιαστικά στη συνεχιζόμενη εξέλιξη των γονιών τους και στην ευελιξία τους να αντιμετωπίσουν την αναπόφευκτη αλλαγή.

Στο σημείο αυτό αξίζει να προταθούν μερικοί τρόποι για την ομαλή ψυχοσωματική ανάπτυξη των εφήβων όπως:

1. Κατάλληλη και ορθή ενημέρωση των γονέων για την περίοδο της εφηβείας.
2. Σωστή ενημέρωση των παιδιών από μέρους των γονέων.
3. Επικοινωνία ανάμεσα στους εφήβους και τα παιδιά ώστε να δημιουργηθεί μια δυνατή σχέση εμπιστοσύνης.
4. Σωστή σεξουαλική διαπαιδαγώγηση των εφήβων τόσο από το χώρο του σχολείου όσο και από τους ίδιους τους, τούς γονείς .
5. Δημιουργία υπηρεσιών για την ενίσχυση των γονεϊκών ρόλων.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

ΕΛΛΗΝΙΚΗ

1. Αναστασόπουλος, Δ. (1997), *Η ψυχοσυναισθηματική ανάπτυξη στην εφηβεία*, στο Τσιάντης (επιμ), *Εφηβεία*, τόμος β, τεύχος α, Αθήνα, εκδ. Καστανιώτη
2. Γ.Τσιάντης (1996, 1997) *Ψυχική υγεία του παιδιού και της οικογένειας*, τόμοι α και β, Αθήνα, εκδόσεις Καστανιώτη.
3. Γεώργα, Δ. (1983) *Κοινωνική Ψυχολογία*, τομ. Α, Β, Γ., Αθήνα
4. Δεληγιάννη, Β. & Σακκά, Δ. (2005). *Μεγαλώνοντας ως Αγόρι: Διερεύνηση της Ανάπτυξης της Ανδρικής Ταυτότητας στην Εφηβική Ηλικία*. Αθήνα: Gutenberg.
5. *Θέματα Ψυχικής Υγείας Παιδιών και Εφήβων*" (2000) (επιμ. Α.Καλαντζή - Azizi & Η.Μπεζεβέγκης). Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
6. Κασσωτάκη, Μ. (1979), *Ο έφηβος και τα προβλήματά του*, Αθήνα
7. Μάνος Κ. (1997), *Ψυχολογία του εφήβου*, Αθήνα, έκδ. Γρηγόρη
8. Νομικού Γ. Χαρά (2004), *Εφηβεία - Η ηλικία της Επανάστασης*, εκδ. Λιβάνης,
9. Ντολτό Φ.& Ντολτό – Τόλιτς Κ. (1990): *Έφηβοι: Προβλήματα και ανησυχίες*, Αθήνα, εκδ. Πατάκη
10. Ντόλτο Φ.-Ντόλτο-Τόλιτς Κ. (2004), *Έφηβοι: Προβλήματα και Ανησυχίες*, Αθήνα, εκδ. Πατάκης
11. Παπαδάτος Κ. (2003), *Η φροντίδα του Έφηβου*, Ποταμός
12. Παπαδιώτη-Αθανασίου, Β. (2000) *Οικογένεια και Όρια. Συστημική προσέγγιση*. Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα
13. Παππά, Βασιλική, 2006, *Επάγγελμα γονέας ψυχολογικοί τύποι γονέων και συμπεριφορά παιδιών και εφήβων*, εκδ. Καστανιώτη, Αθήνα
14. Παρασκευόπουλος Ν.Ι. (1985), *Εξελικτική Ψυχολογία, Προσχολική ηλικία*, Τόμος 2, Αθήνα
15. Παρασκευόπουλος Ν.Ι., *Εξελικτική Ψυχολογία: Η ψυχική ζωή από τη σύλληψη ως την ενηλικίωση*, Τόμος 4, Αθήνα

16. Παρασκευόπουλος, Ι. Ν., Μπεζεβέγκης, Η., Γιαννίτσας, Ν., & Καραθανάση-Κατσαούνου, Α. (Επιμ. Έκδ.) (1995). *Διαφυλικές σχέσεις* (τόμ. Α', σελ. 453). Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
17. Σταθακόπουλος, Β (2001) *Μέθοδοι έρευνας αγοράς*, Αθήνα, Εκδόσεις Σταμούλης σελ. 240
18. Τσιαντής Γ. (1997), *Εφηβεία*, εκδ. Καστανιώτης
19. Φρόντ Α. (1978), *Το Εγώ και οι Μηχανισμοί Άμυνας*, μτφρ. Θεόδωρος Παραδέλλης, Αθήνα, εκδ. Καστανιώτης

ΞΕΝΟΓΛΩΣΣΗ

1. Ainsworth M.D.S. (1968), *Object Relation, dependency and attachment. A theoretical review of the child-mother relationship*. Child Development, 40
2. Aries P. (1999), *Centuries of Childhood: A Social History of Family*, στο Smith P.K.- Cowie H.-Blades M., *Understanding Children's Development*, London ,Blackwell Publishers
3. Bandura A., *The stormy decade: fact or fiction*, στο Cole M. – Cole S.R. (2002), *Η Ανάπτυξη των Παιδιών: Εφηβεία*, Τόμος Γ, μτφρ. Μαρία Σολμάν, Αθήνα, εκδ. Τυπωθήτω,- Γιώργος Δάρδανος
4. Baumrind D., *Authoritarian vs. Authoritative Control*, Adolescence, 3, 1968
5. Birns- F.D. Hay, *The Different Faces of Motherhood*, New York: Plenum Press. Schickedanz, A.J.
6. Blos P., *On adolescence*, στο Smith P.K.- Cowie H.-Blades M. (1999), *Understanding Children's Development*, London, Blackwell Publishers,
7. Bowlby, J. (1951), *Maternal care and mental health*, London-Geneva Wito
8. Braconnier, Alain & Daniel Marcelli *Τα χίλια πρόσωπα της εφηβείας*. Αθήνας: Εκδόσεις Καστανιώτη, 2002.

9. Bronfenbrenner U. (1974), *The origins of Alienation*, Scientific American
10. Butler, S. (1910), *The Way of All Flesh*. New York: Dutton
11. C M Buchanan C.M.- Eccles J.S.- Becker J.B., *Are adolescents the victims of raging hormones: evidence from activational effects of hormones on moods and behavior at adolescence*, στο Smith P.K.- Cowie H.-Blades M. (3¹⁹⁹⁹), *Understanding Children's Development*, London, Blackwell Publishers
12. Cairns B.D.- Cairns R.B., 1994, στο Cole M. – Cole S.R. (2002), *Η Ανάπτυξη των Παιδιών: Εφηβεία*, Τόμος Γ, μτφρ. Μαρία Σολμάν, Αθήνα, εκδ. Τυπωθήτω,- Γιώργος Δάρδανος
13. Cohen N.K.- Clark, A.J. (1984), *Transitional Object Attachments in Early Childhood and Personality Characteristics in Later Life*, *Journal of Personality and Social Psychology*, 46 (1)
14. Cole M. – Cole S.R. (2002), *Η Ανάπτυξη των Παιδιών: Εφηβεία*, Τόμος Γ, μτφρ. Μαρία Σολμάν, Αθήνα, εκδ. Τυπωθήτω,- Γιώργος Δάρδανος
15. Coleman J.C., *The nature of adolescence*, στο Smith P.K.- Cowie H.-Blades M. (3¹⁹⁹⁹), *Understanding Children's Development*, London, Blackwell Publishers
16. Conger, J. J. (1976), *Adolescence: The Winds of Change*, New York: Harper & Row
17. Conger, J. J. (1977), *Adolescence and Youth: Psychological Development in a Changing World*, (2nd ed.). New York: Harper & Row
18. Csikszentmihalyi M.- Larson R., (1984), στο Cole M. – Cole S.R.(2002), *Η Ανάπτυξη των Παιδιών: Εφηβεία*, Τόμος Γ, μτφρ. Μαρία Σολμάν, Αθήνα, εκδ. Τυπωθήτω,- Γιώργος Δάρδανος
19. Douglas J. W. B.- Ross J. M., *Age of puberty related to educational ability, attainment and school leaving age*, στο Smith P.K.- Cowie H.-Blades M. (3¹⁹⁹⁹), *Understanding Children's Development*, London ,Blackwell Publishers
20. Douvan E., -Adelson, J. (1966), *The Adolescent Experience*, New York: Wiley

21. Elkind D. (1968), *Cognitive Development in Adolescence*, In J. F. Adams (ed.), *Understanding Adolescence*. Boston: Allyn & Bacon
22. Elkind D., *Egocentrism in adolescence*, στο Παρασκευόπουλος Ν.Ι. (1985), *Εξελικτική Ψυχολογία, Προσχολική ηλικία*, Τόμος 2, Αθήνα
23. Erickson, E. H. (1968), *Identity: Youth and Crisis*, New York: Norton
24. Flaceliere R. (1971), *La vie quotidienne en Grece au Siecle de Pericle*, Librairie Hachette, μτφ. στα ελληνικά Γεράσιμου Βανδώρου, εκδ. Παπαδήμα
25. Flavell J. H. (1963), *The Developmental Psychology of Jean Piaget*. New York: Van Nostrand
26. Ford C. S. (1970), *Some primitive societies*, In G. H. Seward & R. C. Williamson (eds), *Sex roles in changing society*, New York: Random House
27. Freud S. (1995), *The Basic Writings of Sigmund Freud*, The Modern Library-Random House Inc., Abraham Arden Brill (μτφρ./επιμ.), Λονδίνο
28. Gottman J. (2000), *Η συναισθηματική νοημοσύνη των παιδιών*, Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα
29. Green P.J. (1989), *Fathers and Husbands: Men's participants in family life*, The University Press
30. Greydanus DE, Rimsza ME, Newhouse PA. «Adolescent sexuality and disability» *Adolesc Med*. 2002 Jun;13(2):223-47
31. Hanawalt B.A. (1992), *Historical descriptions and prescriptions of adolescence*, *Journal of Family History*
32. Herbert M. (1999), *Ψυχολογικά προβλήματα εφηβικής ηλικίας*, *Εφαρμοσμένη Ψυχολογία 3*, επιμέλεια: Καλαντζή-Αζίζι Α., Αθήνα, εκδ. Ελληνικά Γράμματα
33. Hoffman, M. L. (1970), *Moral development*, In P. H. Mussen (ed). *Carmichael's manual of child psychology*. New York: Wiley

34. Hoffman-Wladis L. - Hoffman L.M. (1966), *Review of Child Development Research*, New York: Russell, Sage Foundation, Hoffman-Wladis,
35. Hopson B., (1986), στο Herbert M.(1999), *Ψυχολογικά προβλήματα εφηβικής ηλικίας, Εφαρμοσμένη Ψυχολογία 3*, επιμέλεια: Καλαντζή-Αζίζι Α., Αθήνα, εκδ. Ελληνικά Γράμματα
36. Hudson, W. H.(1918), *Far Away and Long Ago*. New York: Dutton
37. Jersild A. (1963), *The Psychology of Adolescence*, Ontario, Toronto
38. Jersild, A. (1963), «The Psychology of Adolescence», Ontario, Toronto.
39. Jersild, A. (1963), «The Psychology of Adolescence», Ontario, Toronto.
40. Lamb M.E. (1981), *Father-Infant and Mother-Infant interaction in the first year of life*, *Child Development*, 18
41. Lamb, M.E. (1975), *Fathers: Forgotten contributors to child development*, *Human Development*. 18
42. Laursen B.- Collins W. A. , *Interpersonal conflict during adolescence*, στο Smith P.K.- Cowie H.-Blades M.(1999), *Understanding Children's Development*, London, Blackwell Publishers
43. Lynd, H. (1966), *On Shame and the Search for Identity*. New York: Science Editions
44. Maccoby E. E. -Jacklin C. N.(1974), *The Psychology of Sex Differences*. Stanford, California: Stanford University Press
45. Magnusson D.- Stattin H.-Allen V.L.(1999), *Biological maturation and social development: a longitudinal study of some adjustment processes from mid-adolescence to adulthood*, στο Smith P.K.- Cowie H.-Blades M., *Understanding Children's Development*, London , Blackwell Publishers,
46. Marcia J. E., *Development and validation of ego-identity status*, στο Cole M. – Cole S.R. (2002), *Η Ανάπτυξη των Παιδιών: Εφηβεία*, Τόμος Γ, μτφρ. Μαρία Σολμάν, Αθήνα, εκδ. Τυπωθήτω,- Γιώργος Δάρδανος
47. Miller, (1983), *The age between : Adolescence and Cultural Educability*, στο Meltzer, D., (ed): *Studies in Extended Metapsychology*, Clunie Press

48. Montemayor R., (1990), στο Cole M. – Cole S.R.(2002), *Η Ανάπτυξη των Παιδιών: Εφηβεία*, Τόμος Γ, μτφρ. Μαρία Σολμάν, Αθήνα, εκδ. Τυπωθήτω,- Γιώργος Δάρδανος
49. Mussen P. H.- Conger J. J.- Kagan J. (1974), *Child Development and Personality*, (4th ed.). New York: Harper & Row
50. Neufeld J.A, Klingbeil F, Bryen DN, Silverman B, Thomas A. «Adolescent sexuality and disability», *Phys Med Rehabil Clin N Am*. 2002Nov; 13(4):857-73.
51. Pederson F.A.- Cain R.L. (1980), *Parent-infant and husband-wife interactions observed at five months*, In A.M.A. Easterbrooks, & A.W Goldberg Toddler Development in the Family: Impact of Father Involvement and Parenting Characteristics. *Child Development*, 55,
52. Ramon-Rivie, B., *Η κοινωνική ανάπτυξη του εφήβου*, τομ. II, Καστανιώτης
53. Roggman A.L. (1992), *Fathers with mothers and infants at the mall: Parental sex differences*, *Early Child Development and Care*, 79
54. Rudolf E. J. - Grosmann K.E. (1988), *Maternal attachment representations as related to patterns of infant-mother attachment and maternal care during the first year*, Sage Foundation. Hoffman-Wladis
55. Rutter et al (1976), *Adolescent turmoil: Fact or fiction?*, *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 17
56. Schaffer H.R.-Emerson P.E. (1964), *The development of social attachment in infancy*, N. York , Plenum Press
57. Smith P.K.- Cowie H.-Blades M. (1999), *Understanding Children's Development*, London, Blackwell Publishers
58. Spence J. (1978), *Masculinity and Femininity: Their Psychological Dimensions, Correlates, and Antecedents*. Austin & London: University of Texas Press
59. Steinberg L., *Impact of puberty on family relations: effects of pubertal status and pubertal timing*, στο Smith P.K.- Cowie H.-Blades M. (1999), *Understanding Children's Development*, London, Blackwell Publishers

60. Stone L. J.-Church J. (1968), *Childhood and Adolescence: A Psychology of the Growing Person*. New York: Random House
61. Stuckey F.M.- Mc Ghee E.P. -Bell J.N. (1982), *Parent-Child Interaction: The influence of Maternal Employment*, *Developmental Psychology*, 18(4)
62. Tanner J. M. (1970), *Physical Growth*, In P. H. Mussen (ed.), *Carmichael's Manual of Child Psychology*, (vol.2). New York: Wiley
63. Tanner J.M. (1962), *Growth at adolescence*, ed 2. Oxford: Blackwell Scientific Publications
64. Thomas Gordon. *Teaching Children Self-Discipline At Home and At School*. New York: Random House, 1989. [PTAVE strongly recommends Thomas Gordon's Parent Effectiveness Training (P.E.T.) and Teacher Effectiveness Training (T.E.T.)]
65. Umberson D. -Gore W.R. (1989), *Parenthood and psychological wellbeing: Theory, measurement and stage in family life cycle*. *Journal of Family Issues*, 10 (4)
66. Weisberg P. - Russell E.J. (1971), *Proximity and interactional behavior of young children to their "Security Blankets"*, *Child Development*, 42
67. Youniss J.-Smollar J., (1985), στο Cole M. – Cole S.R. (2002), *Η Ανάπτυξη των Παιδιών: Εφηβεία*, Τόμος Γ, μτφρ. Μαρία Σολμάν, Αθήνα, εκδ. Τυπωθήτω,- Γιώργος Δάρδανος
68. Bradford B., (1990), στο Cole M. – Cole S.R.(2002), *Η Ανάπτυξη των Παιδιών: Εφηβεία*, Τόμος Γ, μτφρ. Μαρία Σολμάν, Αθήνα, εκδ. Τυπωθήτω,- Γιώργος Δάρδανος