

Συνοπτική παρουσίαση των δυσκολιών που αντιμετωπίζουν οι έφηβοι



Εύη Μπότσαρη

Οι έφηβοι στις κοινωνικές δομές που αλλάζουν

- Οι άνθρωποι κάνουν μακροπρόθεσμα σχέδια για την κατεύθυνση και τους ρυθμούς της ζωής τους, αλλά οι συνθήκες που αλλάζουν μπορεί να επέμβουν σε αυτά τα σχέδια.
- Η κοινωνική αλλαγή συχνά φέρνει μαζί της σαρωτικές αλλαγές στους θεσμούς της **Οι έφηβοι στις κοινωνικές δομές που αλλάζουν** κοινωνίας, τις μικρές ομάδες και τις διαπροσωπικές σχέσεις.
- Το πρόβλημα αυτό μπορεί να είναι ιδιαίτερα οξύ για τους έφηβους που νιώθουν αδύναμοι να πραγματοποιήσουν τους στόχους τους.

Η αλλαγή των κοινωνικών δομών

- ▶ Η ιστορία του ανθρώπου αποτελείται από δυο μέρη, που χωρίζονται με την εμφάνιση της σύγχρονης επιστήμης στην αρχή του 20ου αιώνα.
- ▶ Στην πρώτη περίοδο ο άνθρωπος ζούσε σε ένα κόσμο, όπου είχε γεννηθεί το είδος του και όπου αυτός και οι αισθήσεις του προσαρμόστηκαν.
- ▶ Στη δεύτερη περίοδο, ο άνθρωπος μπήκε σε μια νέα κοσμική υφήλιο, στην οποία ήταν τελείως ξένος.
- ▶ Η επιβίωση του ανθρώπου τώρα εξαρτάται από το πόσο καλά και πόσο γρήγορα μπορεί να προσαρμοστεί αναθεωρώντας όλες τις ιδέες του και τις κοινωνικές δομές.

Πόσο εύκολα μπορεί να προσαρμοσθεί ο έφηβος στην συνεχώς μεταβαλλόμενη κοινωνία μας;

- Η αδυναμία προσαρμογής του εφήβου στις ραγδαίες αλλαγές, συχνά τον οδηγεί στην αναζήτηση διεξόδου από τα καθημερινά προβλήματα, μέσα από δραστηριότητες υψηλού κινδύνου όπως βία, υπερκατανάλωση αλκοολούχων ποτών, καφεΐνη, νικοτίνη και χρήση άλλων ουσιών.
- Ο σημερινός έφηβος καλείται μέσα σε μια ιδιαίτερα ανταγωνιστική κοινωνία, να αντιμετωπίσει την τεράστια ψυχολογική φόρτιση που συνοδεύει τις κοινωνικές πιέσεις και τα προβαλλόμενα κοινωνικά πρότυπα.
- Αυτό έχει ως αποτέλεσμα να δυσκολεύεται στην προσπάθειά του να επιλύσει τις συγκρούσεις ανάμεσα στον πραγματικό, τον κοινωνικό και τον ιδεατό του εαυτό.

Η προετοιμασία των εφήβων για ένα αβέβαιο μέλλον

- ▶ Η εποχή μας θα μπορούσε να χαρακτηριστεί ενδιαφέρουσα γιατί πολλές απόψεις της ζωής είναι υπό αλλαγή
- ▶ Μία σημαντική ευθύνη των ενηλίκων σε μία κοινωνία είναι η προετοιμασία των εφήβων για το μέλλον. Ωστόσο, κανείς δεν μπορεί να προβλέψει τι ακριβώς θα συμβεί στο μέλλον.

Τα ερωτήματα που προκύπτουν

- Πως θα προετοιμαστούν οι έφηβοι και οι νέοι για τις προκλήσεις του μέλλοντος;
- Οι ψυχο-κοινωνικές διαταραχές που παρατηρούνται στους εφήβους σχετίζονται με την αβεβαιότητα που βιώνουν και με ποιον τρόπο;
- Γιατί έχουν αυξηθεί οι ρυθμοί των διάφορων ψυχοκοινωνικών διαταραχών όπως η εγκληματικότητα, οι αυτοκτονίες, η κατάθλιψη και η χρήση ουσιών, τα τελευταία 50 χρόνια ανάμεσα στους νέους και με ποιόν τρόπο;
- Μήπως η ανεργία που πολιορκεί ασφυκτικά τους νέους δημιουργεί ψυχοκοινωνικούς κινδύνους και με ποιόν τρόπο;

Τα ερωτήματα που προκύπτουν

- Είναι οι προσδοκίες της κοινωνίας για τους σημερινούς νέους εξωπραγματικά υψηλές, ώστε τους κάνουν να αισθάνονται αποτυχημένοι και με ποιόν τρόπο;
- Συνδέονται οι ψυχοκοινωνικές διαταραχές με τα αυξανόμενα επίπεδα της οικογενειακής δυσαρμονίας και των διαζυγίων και με ποιόν τρόπο;
- Τα Μ.Μ.Ε. συνδέονται με την αύξηση των ψυχοκοινωνικών διαταραχών, επηρεάζοντας έμμεσα τη συμπεριφορά του ατόμου και με ποιόν τρόπο;

Η “δύσκολη” εφηβεία

- Από κοινωνιολογική άποψη η εφηβεία είναι ένα αναπτυξιακό στάδιο που διακρίνεται από την διαφορετικότητα, καθώς εκλείπει η καθολικότητα και η ομοιογένεια των χαρακτηριστικών της.
- Διαφοροποιείται ανάλογα με το πολιτιστικό και κοινωνικό περιβάλλον και ως προς τη διάρκεια της και ως προς τις διαδικασίες ένταξης των εφήβων στην κοινωνία των ενηλίκων.
- Όσο πιο πολύπλοκη είναι μια κοινωνία τόσο μεγαλύτερη είναι η χρονική διάρκεια της εφηβείας και τόσο εντονότερες οι συγκρούσεις της.

Σχέσεις γονέων-εφήβων

- ▶ Στις μέρες μας, βέβαια, ο θεσμός της οικογένειας με τη μορφή που τον γνωρίζαμε στο παρελθόν έχει διαφοροποιηθεί δραματικά.
- ▶ Τόσο η αύξηση των διαζυγίων, όσο και η απόκτηση παιδιού εκτός γάμου, καθώς επίσης, και η αυξητική τάση των συμβιωτικών σχέσεων έχουν αλλάξει ριζικά τη δομή της παραδοσιακής οικογένειας.
- ▶ Σήμερα οι σχέσεις των εφήβων με τους γονείς τους είναι πιο απαιτητικές και πιο σύνθετες από κάθε άλλη εποχή.

Σχέσεις γονέων -εφήβων

- ▶ Η αίσθηση των εφήβων ότι τους εμπιστεύονται οι γονείς τους και ότι τους αντιμετωπίζουν, ως υπεύθυνα και ώριμα άτομα, συμβάλλει σημαντικά στην αύξηση της αυτοεκτίμησης.
- ▶ Η γονική φροντίδα και τρυφερότητα, η οικογενειακή συνοχή και ισορροπία, η κοινή υποστήριξη μεταξύ των μελών της οικογένειας , ο διάλογος, ο δημιουργικός και καθοδηγητικός γονικός έλεγχος παίζουν καθοριστικό ρόλο στη διαδικασία δόμησης της ταυτότητας των εφήβων.
- ▶ Η αίσθηση των εφήβων ότι τους εμπιστεύονται οι γονείς τους και ότι τους αντιμετωπίζουν, ως υπεύθυνα και ώριμα άτομα, συμβάλλει σημαντικά στην αύξηση της αυτοεκτίμησης.
- ▶ Η γονική φροντίδα και τρυφερότητα, η οικογενειακή συνοχή και ισορροπία, η κοινή υποστήριξη μεταξύ των μελών της οικογένειας , ο διάλογος, ο δημιουργικός και καθοδηγητικός γονικός έλεγχος παίζουν καθοριστικό ρόλο στη διαδικασία δόμησης της ταυτότητας των εφήβων.

Τα προβλήματα συμπεριφοράς

- Τα προβλήματα συμπεριφοράς κατά την εφηβεία διακρίνονται σε εξωτερικευμένα και εσωτερικευμένα.
- *Εξωτερικευμένα είναι τα προβλήματα στα οποία η συμπεριφορά είναι περισσότερο έκδηλη όπως η χρήση ουσιών, οι διαταραχές διαγωγής, η σχολική αποτυχία και η παραβατικότητα.*
- Εσωτερικευμένα είναι τα προβλήματα των οποίων η συμπεριφορά μπορεί να συγκαλύπτεται και να μη γίνεται εύκολα αντιληπτή, όπως είναι οι συναισθηματικές διαταραχές, η κατάθλιψη και το άγχος.

Οι επιπτώσεις της απόρριψης

Αν οι έφηβοι βιώσουν :

- Την απόρριψη
- Την παραμέληση
- Την εχθρότητα από τους γονείς τους
- Είναι πολύ πιθανόν να εκδηλώσουν ένα μεγάλο αριθμό προβλημάτων, όπως μαθησιακές δυσκολίες, νευρωσικές διαταραχές, γνωστικά προβλήματα, ψυχοσωματικά προβλήματα και διαταραχές της προσωπικότητας.

Οι επιπτώσεις της αποδοχής

- Αντίθετα, η απόκτηση αυτονομίας μέσα σε ένα περιβάλλον θετικών σχέσεων με τους γονείς οδηγεί:
- Σε αυξημένη αυτοπεποίθηση
- Ενισχυμένη αντίσταση στην πίεση από τους συνομηλίκους
- Υψηλότερη αυτοεκτίμηση.

Ψυχική υγεία και κατάθλιψη στην εφηβεία

- Η ανικανότητα επιρροής του εφήβου σε γεγονότα και συνθήκες που επηρεάζουν σημαντικά τη ζωή του, μπορεί να εγείρει, εκτός από το άγχος, συναισθήματα ματαιότητας, απελπισίας, ανασφάλειας και αδυναμίας αντίδρασης, τα οποία με τη σειρά τους επηρεάζουν την ψυχική υγεία των εφήβων.
- Μεταξύ των ψυχικών διαταραχών της εφηβείας η κατάθλιψη είναι από τις πιο συχνές.

Ο εαυτός, η αυτοαντίληψη και η αυτοεκτίμηση του εφήβου

- ▶ Η αυτοεκτίμηση αναπτύσσεται μέσα από τις σχέσεις με τους σημαντικούς άλλους, καθώς τα άτομα προσπαθούν να ελαχιστοποιήσουν την απόρριψη, να πετύχουν αποδοχή και να βρουν ικανοποίηση και ασφάλεια.
- ▶ Προσπαθούμε να εκτιμήσουμε τη γνώμη ή τις στάσεις που έχουν οι «σημαντικοί άλλοι» προς τον εαυτό μας και μετά εσωτερικοποιούμε τις στάσεις αυτές στη δική μας αυτοεκτίμηση.
- ▶ Τελικά η κοινωνία είναι αυτή που δίνει μορφή και νόημα στην αντίληψη του ατόμου για τον εαυτό του.

Η βία στο σχολείο

- Η παραβατικότητα των ανηλίκων και ειδικότερα των εφήβων μαθητών φαίνεται να αυξάνεται συνεχώς σε όλες τις χώρες του κόσμου.
- Φαινόμενα μαζικής ή ατομικής βίαιης συμπεριφοράς στο σχολείο, όπως εκφοβισμός μαθητών και καθηγητών στους σχολικούς χώρους, κλοπές, σοβαροί τραυματισμοί, βανδαλισμοί, καταστροφές κλπ. τείνουν να γίνουν καθημερινή συνήθεια
- Η βία των μαθητών παρουσιάζει σε κάθε κοινωνία διαφορετική μορφή και έκταση.

Οι μετανάστες έφηβοι

- Η προσαρμογή των έφηβων μεταναστών στο νέο περιβάλλον είναι ένα περίπλοκο και πολυεδρικό φαινόμενο με πολλές μεταβλητές που μπορούν να επηρεάσουν την προσωπικότητά τους και να οδηγήσουν ακόμα και στην εκδήλωση ψυχικών διαταραχών.
- Έρευνες δείχνουν ότι οι μετανάστες έφηβοι διακατέχονται από συναισθήματα απομόνωσης, αναφέρουν χαμηλά επίπεδα αυτοεκτίμησης, και βιώνουν στις οικογένειές τους καταστάσεις έντασης, διαμάχης, αντιστροφής ρόλων και αλλαγής μοντέλων επικοινωνίας.

Αντί επιλόγου

- Η κοινωνία **πρέπει να ενδιαφερθεί** ώστε κάποιοι έφηβοι που μεγαλώνουν κάτω από “σκληρές” συνθήκες, μέσα σε ένα περιβάλλον
- ανέχειας,
- σωματικής κακοποίησης,
- σεξουαλικής κακοποίησης,
- γονικής τοξικομανίας ή βίας,
- **Να κατορθώσουν να “επιβιώσουν”** και να οδεύσουν ομαλά προς την ενηλικίωση.