




ΕΦΗΒΕΙΑ

Προκλήσεις - Ευκαιρίες



Τι πυροδοτεί την έναρξη της εφηβείας ;

Το Σώμα (Ήβη)



Σεξουαλικές κι επιθετικές ενορμήσεις.

Και άρα ανάγκη μετατόπισης των ενορμήσεων σε άλλα Α , πέραν της οικογένειας (στροφή προς το κοινωνικό πλαίσιο)

Μετά τον 1^ο χρόνο ζωής (από νεογνό σε νήπιο), η περίοδος με τις πιο ραγδαίες σωματικές μεταβολές

Ενώ ένα παιδί δημοτικού έχει την αθώα ρουτίνα του και βλέπει τους γονείς του ως «θεούς»

○ έφηβος έχει πλέον σωματική δύναμη και σεξουαλική ορμή

Μόνο έξω από το σπίτι και σε βάθος χρόνου θα μπορέσει να βρει τρόπο να τις εκτονώσει (ή ακόμα καλύτερα μετουσιώσει)

Για να γίνει αυτή η στροφή χρειάζεται 1 άμυνα :

Αποεξιδανίκευση – υποτίμηση

Στην ουσία ο αναδυόμενος έφηβος εισέρχεται σε μια **διαδικασία πένθους** των προηγούμενων γονειϊκών μορφοειδώλων που είχε πλάσει

Άλλωστε κάθε μετάβαση είναι είδος απώλειας

Και κάθε απώλεια χρήζει ψυχικής επεξεργασίας

Τι θα κάνει ο ψυχισμός διερχόμενος από αυτήν την αναπτυξιακή φάση ?

Μάλιστα, κάποιοι έφηβοι φαντάζονται ότι αυτοί δεν είναι οι πραγματικοί τους γονείς (η φαντασίωση του έκθετου)

Είναι δυνατόν αυτοί... να έκαναν εμένα ?

Η «μπάλα» παίρνει και τους εκπαιδευτικούς, τους οποίους τείνουν να χλευάζουν

Το γεγονός ότι υποτιμάει δεν σημαίνει ότι δεν έχει ανάγκη από τη γονεϊκή μέριμνα (οριοθέτηση, συμβουλές, κατανόηση), όσο και αν η συμπεριφορά του δείχνει το αντίθετο

Πχ παραβατικές συμπεριφορές  Ψυχική ανάγκη για οριοθέτηση

Αυτή η εσωτερική σύγκρουση ενισχύεται και από παλιότερα αναπτυξιακά ζητήματα

Όπως :

- Ο απογαλακτισμός και ο αποχωρισμός από το σώμα της Μ (πρωταρχικές απώλειες)
- Ναρκισσιστική θεμελίωση (δηλ ότι είμαι αγαπητός)
- Αίσθηση ότι τα καταφέρνω (έλεγχος σώματος, τουαλέτας, σχολική προσαρμογή)

«*Ό,τι γράφει, δεν ξεγράφει...*» Κάθε επόμενη εμπειρία επόμενου σταδίου συναντάει την προηγούμενη βιωματική εγγραφή (η τωρινή δυσκολία ανακινεί και την παρελθοντική)

Όλες οι εγγραφές παραμένουν !

Η διαδικασία της απο-ιδανικοποίησης των γονέων επιφέρει ένταση (οδύνη)

Στη λανθάνουσα περίοδο το παιδί εξαρτάται συναισθηματικά από τους γονείς του που το βοηθούν και ικανοποιούν τις ανάγκες του.

Στη συνέχεια... στην εφηβεία μία από τις οδυνηρότερες διεργασίες είναι η απαλλαγή από την αυθεντία των γονέων (προφανώς και **δεν** μπορούν να ικανοποιήσουν τις ανάγκες τους)

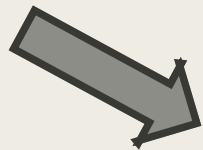
Η αίσθηση της **απώλειας** και διεργασία του **πένθους**

Ποια η ψυχική θέση των γονέων ;

Πώς τοποθετούνται στο ζήτημα της αυτονομίας του παιδιού σε κάθε φάση της ανάπτυξης ;

Μπορεί να αποχωριστεί το «σπλάχνο» του ;

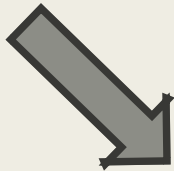
Αν όχι



υπόστρωμα εξαρτητικής προσωπικότητας (εθισμοί...)

Μπορεί να δεχτεί την υποτίμηση από το παιδί του;
Την διαφοροποίησή του;

Αν όχι



Ψευδής Εαυτός (δεν λαμβάνει υπόψη τις δικές του ανάγκες
αλλά προσαρμόζεται στις ανάγκες κι επιταγές των άλλων -
υπερβολικά προσαρμοστικός)

Περιπτώσεις που τα πράγματα δεν πάνε καλά

- Ο γονιός έχει σαν στήριγμα το παιδί του

Αντιστροφή Ρόλων

- Δεν αποδέχεται τη διαφορά των γενεών (δεν μπορεί να οριοθετήσει)

Όχι φίλοι με τα παιδιά

- Οικογενειακά Μυστικά – Μη επεξεργασμένες απώλειες/τραυματικές εμπειρίες

SOS  «Το παιδί της αντικατάστασης»

Τάση του έφηβου για εκδραμάτιση (acting out)

Οτιδήποτε του συμβαίνει εσωτερικά το επικοινωνεί μέσω αντιδράσεων, σπασμωδικών πράξεων χωρίς να μπορεί να βάλει σε λόγια το τι του συμβαίνει και τι αισθάνεται, όπως κάνει ένας ώριμος ενήλικας.

Ναι μεν η εφηβεία έχει ένταση και ο έφηβος μπορεί να παρουσιάζει αλλόκοτες συμπεριφορές (πχ εκδραμάτιση)
όμως ταυτόχρονα αποτελεί μια 2^η ευκαιρία για επίλυση προηγούμενων αναπτυξιακών ζητημάτων

Κίνηση μεταξύ παλινδρόμησης και ανάπτυξης
ξαναζήσει τις παλιές τραυματικές εμπειρίες κάτω από ευνοϊκότερες συνθήκες (πιο δυνατός να αντιμετωπίσει αυτό που τον τρόμαζε όταν ήταν παιδί)
«Επιστρέφω για να διευθετήσω»

Αν πάει καλά :
Ενηλικίωση κι επίτευξη ταυτότητας

Αν όχι :
Θα ψάχνει να βρει ποιος είναι και τι θέλει
Εθισμός για να επουλώσει τον ψυχικό πόνο
Οπαδισμός – δογματισμός σε εξιδανικευτικό Α
Και γενικότερα, ευάλωτος

Κακές Πρακτικές

- Επιτρεπτικός - ανορίωτος – αδιάφορος
- Υπεραπαιτητικός
- Υπερπροστασία
- Ασυμφωνία λόγου και πράξης
- Στρατόπεδα εντός οικογένειας – εργαλειοποίηση παιδιού
- Όχι ωμή βία (η επιθετικότητα να μετατρέπεται σε με σεβασμό διεκδίκηση και οριοθέτηση)

- Χτίστε σχέση μέσα από το βίωμα και από λόγο που συνδέει
(λόγια που μιλάνε στην καρδιά – λίγα και καλά)

Μερικές φορές μαντέψτε πίσω από την αντίδραση ποια συναισθηματική κατάσταση κρύβεται. Αντί για οριοθέτηση δείξτε συναισθηματική κατανόηση. Μην βιάζεστε να δώσετε λύση ή θετική αναπλαισίωση.

- Η **Τέχνη** του φάσματος οριοθέτηση – αποδοχή
(σκληρότητα - μαλακότητα)

Μια πετυχημένη συνταγή χρειάζεται διαφόρων ειδών υλικά. Έτσι κι εμείς χρειάζεται να λαμβάνουμε υπόψη, και να μην αποκλείουμε, όλα μας τα συναισθήματα.

Ευχαριστώ !



vassilis_papadopoulos_psy



vasilis_psy@hotmail.com