



ΣΧΕΣΗ ΓΟΝΕΩΝ ΚΑΙ ΕΦΗΒΩΝ

Κατά τη διάρκεια της εφηβείας, το παιδικό σώμα μεταμορφώνεται, η σκέψη των εφήβων εκτινάσσεται, ενώ οι γονείς αμφισβητούνται έντονα και αποκαθλώνονται στα μάτια των παιδιών τους. Από την άλλη πλευρά, η ομάδα των συνομηλίκων καταλαμβάνει κυρίαρχη θέση και η γνώμη των φίλων αποκτά ιδιαίτερη βαρύτητα.

Χρειάζεται οι ίδιοι οι γονείς να αποδεχτούν την πραγματικότητα ότι το παιδί τους μεγαλώνει και ότι είναι φυσιολογικό να διεκδικεί την ανεξαρτησία του. Αυτός είναι και ο λόγος που συγκρούεται μαζί τους. Πολλοί γονείς βέβαια στενοχωριούνται από αυτή τη στάση των εφήβων, καθώς την ερμηνεύουν ως προσωπική τους αποτυχία. Είχαν συνηθίσει το παιδί τους να τους θαυμάζει και να τους θεωρεί πρότυπο, ενώ τώρα, όσο προχωρά η εφηβεία, εκείνο τους αμφισβητεί και τους απομυθοποιεί.

Πρόκειται όμως για μια φυσιολογική διαδικασία, απαραίτητη για την ανεξαρτητοποίηση των εφήβων και την ανακάλυψη της δικής τους προσωπικής ταυτότητας. Οι συγκρούσεις, επομένως, αποτελούν αναπόσπαστο κομμάτι της εφηβείας και η απουσία συγκρούσεων είναι αυτή που μάλλον θα πρέπει να μας θορυβήσει!

Γι' αυτό οι γονείς χρειάζεται να έχουν την ικανότητα να ανέχονται την αμφισβήτηση του εφήβου και να θυμούνται ότι παρόλο που τους αμφισβητεί, έχει ταυτόχρονα ανάγκη την αποδοχή τους προκειμένου να πιστέψει στον εαυτό του. Αυτό βέβαια δεν σημαίνει ότι επιτρέπουμε στον έφηβο να κάνει ότι θέλει. Όριο μπορεί, και απαιτείται να μπει, στον τρόπο που συγκρούεται μαζί μας και εκφράζει τη διαφωνία του, μαθαίνοντάς του έτσι πώς να το κάνει με περισσότερο αποδεκτούς τρόπους.

Μια πολύ συχνή πάντως αιτία συγκρούσεων ανάμεσα στους γονείς και στους εφήβους είναι το να μην εγκρίνουν οι γονείς τις παρέες του παιδιού τους. Το να βομβαρδίζουμε όμως το παιδί με αρνητικά σχόλια για τους φίλους του, δεν βοηθάει.

ΤΟ ΑΓΧΟΣ ΤΩΝ ΕΦΗΒΩΝ

Η εφηβεία είναι μια ηλικιακή φάση στην οποία συμβαίνουν πάρα πολλά. Σίγουρα πρόκειται για μια δύσκολη ηλικία. Η αύξηση συγκεκριμένων ορμονών σημαίνει αφύπνιση της σεξουαλικότητας ενώ η ανάπτυξη του σώματος των εφήβων γίνεται με ραγδαίο ρυθμό και συχνά τους προκαλεί αμηχανία αλλά και απογοήτευση. Μπορεί κανείς βέβαια να ισχυριστεί ότι τα νέα παιδιά δεν έχουν λόγο να αγχώνονται καθώς δεν έχουν τις έγνοιες της ενήλικης ζωής. Δεν είναι όμως έτσι. Ποιοι είναι οι παράγοντες που προκαλούν άγχος στην εφηβική ηλικία;

Γράφει η εκπαιδευτική συμβουλευτική ψυχολόγος, Δρ Καλλιόπη Εμμανουηλίδου

Η συμπεριφορά των εφήβων καθορίζεται από τις ορμόνες που προκαλούν κυκλοθυμισμό συχνά ανεξήγητο. Ο έφηβος προβληματίζεται αλλά και αναστατώνεται από τις εξάρσεις της διάθεσής του και από τα σκαμπανεβάσματα μεταξύ υπερδιέγερσης και θλίψης. Αυτή η παράξενη διάθεση έχει αντίκτυπο και στους γύρω του προκαλώντας άγχος και ανησυχία στους γονείς.

Στην εφηβική ηλικία αρχίζει να σχηματίζεται και μια πρώιμη μορφή της ενήλικης ταυτότητας του ανθρώπου. Ο έφηβος πειραματίζεται, δοκιμάζει, προβάει διάφορα στυλ στη μουσική, στο ντύσιμο, στο χτένισμα, στη συμπεριφορά. Συχνά, διακατέχεται από έντονη ανησυχία προβληματισμούς και άγχος για το μέλλον που πολλές φορές είναι δικαιολογημένο και άλλοτε ενισχύεται από την αγωνία των γύρω του, γονιών καθηγητών, συμμαθητών κτλ.

Κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου συνήθως οι έφηβοι ασχολούνται με πολλά πράγματα και βρίσκονται διαρκώς κάτω από την πίεση της αξιολόγησης καθώς συμμετέχουν διαρκώς σε τεστ, διαγωνίσματα, εξετάσεις ξένων γλωσσών, αθλητικούς αγώνες και άλλες παρόμοιες ενέργειες και δραστηριότητες που απαιτούν υψηλές επιδόσεις. Αυτό το κυνήγι των επιδόσεων και των υψηλών βαθμών έρχεται στο αποκορύφωμά του στις τελικές εξετάσεις στο τέλος του λυκείου.

ΓΡΗΜΑ ΠΑ ΤΟ ΝΕΡΩΤΑ ΚΑΙ ΤΟΥΣ ΕΦΗΒΟΥΣ

Ο βασιλιάς και η βασίλισσα

Καίσαριε απέθανει

Τα δικά μου πόνια ήταν σιωπρά σαν σίδερα

Τα δικά της ήρεφα σαν την θάλασσα

Αυτή είχε τα άσπρα

Δεν ήταν ποτέ καλή αντίατος,

πρόβλεπα κάθε της κίνηση

πριν κατὰ κατὰ την σιγήσει.

Μως τέλει να τη ρήτσει

το πόσο ρήτσει εφόνισσα τα πόνια της.

Τέλει τα κατάξερα με τον ύπουλο τρόπο

και την στρατηγική μου να την αιχμαλωτίσω.

Κατάλαβα από την πρώτη στιγμή

που την είδα πως έχω νικήσει.

Δεν φταίω μόνο έχω

αλλά η τέχη που ήσαν νικήτης

δίδει στα παιχνίδια πρέπει να έχεις και λίγη τέχη.

Ταινία: Tall girl

<https://youtu.be/KPe7C8SZJo0>

<https://youtu.be/pqfdjptXAwA>

Η Jodi Kreymann είναι 16 ετών και 1,87 m. Είναι ψηλή για την ηλικία της από τα τρία της χρόνια, κάτι που την έκανε ανασφαλή σε όλη της τη ζωή. Οι μαθητές αστειεύονται τακτικά για το ύψος της. Αντίθετα, η μεγαλύτερη αδερφή της Τζόντι, Χάρπερ, έχει μέσο ύψος και έχει κερδίσει πολλά καλλιστεία. Ο Τζακ Ντάνκλμαν, ένας δια βίου φίλος, της ζητάει συχνά να βγούμε, αλλά εκείνη διστάζει, εν μέρει επειδή είναι πολύ πιο κοντός από αυτήν.

Ο Stig Mohlin, ένας Σουηδός φοιτητής συναλλάγματος, μπαίνει στην τάξη της Jodi και ενδιαφέρεται αμέσως για εκείνον, μαζί με τα περισσότερα κορίτσια στο σχολείο της. Ωστόσο, η Kimmy Sticher, ο νταής της, αρχίζει να τον ξεναγεί. Ο Ντάνκλμαν στενοχωριέται όταν μαθαίνει ότι ο Στιγκ θα μείνει στο σπίτι του ως οικογένεια υποδοχής. Η Τζόντι ζητά βοήθεια από την αδερφή της να κάνει τον Στιγκ να την προσέξει. Η Χάρπερ και η μητέρα τους τη βοηθούν με μια πλήρη αναμόρφωση.

Τραγούδι

<https://youtu.be/DYed5whEf4g> Imagine Dragons - Bones

Το εν λόγω τραγούδι μιλά για αντιδραστικότητα και για την υπομονή . Ο καθένας μπορεί να το ερμηνεύει όπως θέλει .

Οι **Imagine Dragons** είναι αμερικανικό ρόκ συγκρότημα από το [Λας Βέγκας](#) της [Νεβάδα](#). Το συγκρότημα αποτελείται από τον τραγουδιστή [Νταν Ρέινολντς](#), τον κιθαρίστα Γουέιν Σέρμον, τον μπασίστα Μπεν ΜακΚι και τέλος τον ντράμερ Ντάνιελ Πλασμαν.^[1] Το συγκρότημα απέκτησε μεγαλύτερη θεαματικότητα μετά την κυκλοφορία του πρώτου άλμπουμ τους "Night Visions" (2012) και τα single τους "It's Time" και "Radioactive". Το δεύτερο άλμπουμ τους "Smoke + Mirrors" πήρε την πρώτη θέση στο Billboard 200, στα άλμπουμ chart του Καναδά και του Ηνωμένου Βασιλείου.

Τραγούδι

<https://youtu.be/YR5ApYxkU-U> **Pink Floyd-Another Brick in the Wall**

Αυτό το τραγούδι μιλά για την επανάσταση των μαθητών ως προς το εκπαιδευτικό σύστημα της εποχής.

ΕΦΗΒΕΙΑ-PODCAST





ΚΑΚΟΥΛΑ ΣΩΤΗΡΙΑ

ΚΑΡΑΒΑΣΙΛΗ ΕΥΗ

ΚΑΒΑΤΖΙΚΗ ΜΑΡΙΑ

ΚΑΡΑΠΕΔΗ ΜΑΡΙΑ