

Η ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΤΟΥ ΕΦΗΒΟΥ

Η εφηβική ηλικία

- Μεταβατική περίοδος
- Περίοδος προετοιμασίας για οριστική «εκτίναξη»
- Φάση πρώιμης νεότητας-
πάθος, ζωντάνια, παρορμητικότητα, επιπόλαιες
πράξεις
- Αναφορά στη «Ρητορική» του Αριστοτέλη

Η ΕΦΗΒΕΙΑ ΣΕ ΑΛΛΕΣ ΚΟΙΝΩΝΙΕΣ

Αρχαϊκές κοινωνίες(πρωτόγονες):

- ❑ «τελετουργίες μύησης»(initiation rituals)
- ❑ Η κοινότητα «στιγματίζει»,οριοθετεί την ταυτότητα
- ❑ «εξοστρακισμός» από κοινότητα
- ❑ Εφηβεία:όχι περίοδος αναζήτησης,αυτοαποανακάλυψης ή αυτοοριοθέτησης

Παλιότερες κοινωνίες:

- ❑ Προσφορά «ρόλου» ή «λειτουργίας» από τον περίγυρο
- ❑ Αναγνώριση μιας ταυτότητας-ταύτιση με αυτήν
- ❑ Κοινωνική υπόσταση-προσωπική υπόσταση

Η ΕΦΗΒΕΙΑ ΣΤΟ ΔΥΤΙΚΟ ΚΟΣΜΟ- ΤΟ ΦΑΙΝΟΜΕΝΟ ΤΗΣ ΜΕΤΕΦΗΒΕΙΑΣ

- ❑ Ανάπτυξη ταυτότητας σε αντιδιαστολή με την **ατομικότητα του «άλλου»**, όχι μέσα από την ολότητα
- ❑ Δύσκολη, αδύνατη η **επιλογή ενός μόνο τρόπου ζωής**
- ❑ **Έξαρση** ατομικών ιδεωδών, δικαιωμάτων, ελευθεριών
- ❑ Εμφάνιση ενός **«ναρκισσιστικού» χαρακτήρα**
- ❑ Ανατροφή παιδιού από την **οικογένεια**
- ❑ **Προσκόλληση** πυρηνικής οικογένειας σε ατομικές αρχές
- ❑ **Ρευστότητα** σημερινής οικογενειακής δομής, αντιφάσεις

Σύγχρονη ελληνική κοινωνία:

- ❑ Ο Έλληνας σε **φάση αναζήτησης**
- ❑ **Ισορροπία** εμπειριών-σύγχρονων απαιτήσεων
- ❑ **Αδυναμία** επιβολής ορίων,στερήσεων,κανόνων
- ❑ **Πολυπλοκότητα-μαζικότητα** ερεθισμάτων
- ❑ **Ανασφάλεια,αγχη,σύγχυση** προτύπων
- ❑ Από **ΜΜΕ**:αντικρουόμενες απόψεις ή «ενοχικές» νουθεσίες ειδικών
- ❑ Τάση **εξάρτησης-απαγκίστρωσης** μεταξύ των μελών
- ❑ Αποτέλεσμα:φαινόμενο «**μετεφηβείας**»

ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΟ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΦΗΒΕΙΑ

- Από το 1960 **«έξαρση του ερευνητικού ενδιαφέροντος»**

(Μελέτες, έρευνες, ειδικά άρθρα, επιστημονικά περιοδικά)

- Έφηβος: **προβληματική-ταραχώδη συμπεριφορά**
- Επιβολή άμεσης **λύσης-παρέμβασης**
- Ανάγκη **«πρόληψης»- «κατανόησης»** φαινομένων
- **Εφηβεία**: ιδιαίτερη αναπτυξιακή περίοδος με ειδικά αναπτυξιακά γνωρίσματα, ειδικές ανάγκες, ειδικούς αναπτυξιακούς στόχους

ΠΕΡΙΟΔΟΙ-ΦΑΣΕΙΣ ΤΗΣ ΕΦΗΒΕΙΑΣ

1.ΠΡΟΕΦΗΒΕΙΑ(11ος-13ος χρόνος):

πρώτες διαφοροποιήσεις

2.ΚΥΡΙΩΣ ΕΦΗΒΕΙΑ(13ος/14ος-18ος χρόνος):

βιοσωματικές-ψυχολογικές αλλαγές

3.ΟΨΙΜΗ ΕΦΗΒΕΙΑ(18ος-20ός χρόνος):

οριστική αποκρυστάλλωση αλλαγών βιοσωματικά
υπό ολοκλήρωση αλλαγές ψυχικά

ΤΟ ΠΕΡΑΣΜΑ ΑΠΟ ΤΗΝ ΠΑΙΔΙΚΗ ΣΤΗΝ ΕΦΗΒΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ

- Πρόοδος προς μία ψυχοσωματική ωρίμανση
- Εγκατάλειψη παιδικής συμπεριφοράς

Αλλαγές σε τέσσερις βασικούς τομείς:

1. Σωματικό επίπεδο (βιολογικό-ορμονικό)
2. Γνωστικό-διανοητικό επίπεδο
3. Ψυχοσυναισθηματικό επίπεδο
4. Κοινωνικό επίπεδο

ΒΙΟΣΩΜΑΤΙΚΕΣ ΑΛΛΑΓΕΣ ΣΤΗΝ ΕΦΗΒΕΙΑ

- Ανάπτυξη **συμβολικής σκέψης** με υποθετικούς-λογικούς χειρισμούς
- Απόγειο **γλωσσικής ικανότητας, πλούσιο λεξιλόγιο**
- Επεξεργασία **κοσμοθεωριών ή ζωτικών ερωτημάτων**
- «**αυξητικό τίναγμα**»
- Φαινόμενο της ήβης-έμμηνη ρύση**
- Εσωτερικοί μονόλογοι-διάλογοι**
- Ωρίμανση **λειτουργικής μνήμης-αυτοσυναίσθησης**
- Πορεία ανάπτυξης: **γενική, ανομοιόμορφη, ιδιόρρυθμη**

ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΕΣ-ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΑΛΛΑΓΕΣ

Στόχοι που πρέπει να επιτευχθούν:

- Επίλυση του Οιδιπόδειου
- Συναισθηματικός αποχωρισμός από γονείς-
ανεύρεση νέου «αντικειμένου συναισθηματικής επένδυσης»
- Σχηματισμός σταθερών εξωοικογενειακών σχέσεων
- Εδραίωση προσωπικής-σεξουαλικής ταυτότητας

Η ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ

Αλλαγές σε επίπεδο συμπεριφοράς(εξωτερικό επίπεδο)

- επιδιώκει να φαίνεται αξιόλογος,αυτόνομο άτομο
- Δεν ανέχεται να τον μειώνουν
- Απεχθάνεται τις μητρικές-πατερναλιστικές συμπεριφορές
- Δεν του αρέσει να τον απομονώνουν οι ενήλικοι
- Δεν ανέχεται τους περιορισμούς,μείωση ελευθερίας
- Προσωπικός χώρος δωματίου-κοινωνικών σχέσεων
- Ανάδειξη σχέσης μεταξύ ψυχικού-σωματικού Εγώ
- Ντύσιμο-εικόνα σώματος

Οι αλλαγές σε ψυχικό επίπεδο(εσωτερικό επίπεδο)

- ❑ «Ψυχική εικόνα» γονέα:νοητική αναπαράστασή τους
- ❑ Βιώνει την ψυχική πραγματικότητα των γονέων του
- ❑ Εσωτερικά λειτουργικά πρότυπα:σχέση με εσωτ.αναπαραστάσεις και πρότυπα σχέσεων
- ❑ Πρώτες συναισθηματικές συνδιαλλαγές με γονείς
- ❑ Απλοϊκές σχέσεις που αφορούν το δίπολο καλού-κακού
- ❑ Ενδυναμώνει στις αρνητικές πλευρές του
- ❑ «ηρωποίηση γονέων»,φαντασιώσεις μεγαλείου
- ❑ «ηθική συνείδηση»,»νεύρωση αποτυχίας», «ασκητισμός»,επιθετικά συναισθήματα

Η ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ

- ❑ Ανάγκη απάρνησης εικόνας-αναγκών παιδιού
- ❑ Διαδικασία πένθους, «κενό», «αβοήθητος», «ανεξήγητο»
- ❑ «αποπροσωποποίηση», «αποπραγμάτωση»
- ❑ Κατάθλιψη στην εφηβεία: φυσιολογική διαδικασία
- ❑ Σταθεροποίηση ανδρικών ταυτίσεων-ταυτότητας
- ❑ Αμφιταλάντευση ενήλικης-παιδικής συμπεριφοράς
- ❑ φάση ριζοσπαστικής αποδέσμευσης-ρήξης
- ❑ Φαινόμενο «ψεύτικου εαυτού», αποκλεισμού προς ταυτ.
- ❑ Απώλεια δυνατών γονεϊκών προτύπων, φόβος, άγχος
- ❑ Σύνδρομο
διάσημου, ακόρεστου, απρόσιτου, αδιάφορου, εκμεταλλευτή, αυστηρού
, κριτικού, συνεσταλμένου, ψυχωτικού γονέα

Η ΣΧΕΣΗ ΤΟΥ ΕΦΗΒΟΥ ΜΕ ΤΗΝ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ

- Αποδοχή της πραγματικότητας σε αρμονικές σχέσεις
 - Ύπαρξη φυσιολογικής αμφισβήτησης
-
- Τύποι εφήβου ανάλογα με την κοινωνική του στάση
 - Ο αμφισβητίας
 - Ο επιθετικός
 - Ο περιθωριακός
 - Ο εγκλιματισμένος-προσαρμοσμένος
 - Που αμφισβητεί με λογικό τρόπο
- Ανάπτυξη αυτόνομης ηθικής(Kohlberg)**

Η ΣΧΕΣΗ ΤΟΥ ΕΦΗΒΟΥ ΜΕ ΤΟΥΣ ΣΥΝΟΜΙΛΗΚΟΥΣ

1. Η ομάδα ως **υποστηρικτικό-συμπληρωματικό** Εγώ
 2. Απόκτηση **ρόλων**. Συγκρότηση προσωπικότητας.
 3. **Πειραματισμός**, γνώση εαυτού **ορίων** και των άλλων
 4. Τόνωση **ναρκισσισμού-θετικής αυτοεικόνας**
 5. **Διάκριση** πραγματικότητας-φαντασίας
 6. Σημασία **συντροφικότητας-κοινωνικής αλληλεγγύης.Λύσεις.**
 7. **Συλλογική ταυτότητα** μέσα από την υποκουλτούρα
- Ενίσχυση **αντικοινωνικών-καταστροφικών** τάσεων
- Επιλογή συντρόφου** με βάση τις συναισθηματικές ανάγκες
- Επίδραση **γονεϊκών κριτηρίων**
- Αυτοκαθορισμός-Ετεροκαθορισμός**
- Ανταγωνιστικές σχέσεις**

Η ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΤΟΥ ΜΕΣΑ ΑΠΟ ΤΟ ΣΩΜΑ

Το σώμα μπορεί να ιδωθεί σε τρία επίπεδα:

Στη **βιολογική του διάσταση**: ως βιολογική οντότητα
(απαιτήσεις, λογική, ανάγκες, ένστικτα, ορμές)

Στην **εξωτερική του διάσταση**: ως εξωτερική εικόνα
(αντίληψη του σώματος, συμβολικό χαρακτήρα ανάλογα με
κουλτούρα-συγκεκριμένες αισθητικές αντιλήψεις)

Το σώμα στη **φαντασιωτική υπόσταση** (εικόνα του
σώματος)
(ο τρόπος που βιώνει καθένας το σώμα
του, φροντίδα, παραμέληση)

- **Διαταραχή της βιωματικής εικόνας του σώματος**
- Υποχονδριακή προβληματική(αρρωστημένο σώμα)
- Βουλιμική προβληματική(απωθητικό σώμα)
- Αυτοκτονική πράξη(έσχατη μορφή αυτοκαταστροφής)
- Τοξικομανία(διαστρεβλωτικές εξαρτήσεις)
- Σωματοποίηση(φορέας έκφρασης ψυχικών ανακατατάξεων)

ΟΙ ΣΥΝΗΘΕΙΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΕΣ ΑΝΤΙΔΡΑΣΕΙΣ

1. Επιθυμία να μείνει μόνος
2. Αποστροφή από την εργασία
3. Έλλειψη συντονισμού στις κινήσεις
4. Ανία
5. Νευρικότητα-ανησυχία
6. Αυξημένη ευσυγκινησία
7. Αντιδραστική εχθρική στάση προς τους άλλους
8. Αντιδραστική εχθρική στάση προς το άλλο φύλο
9. Η υπεραπασχόληση με το σεξ
10. Υπέρμετρη αιδημοσύνη
11. Έλλειψη αυτοπεποίθησης
12. Ονειροπόληση

ΙΔΙΑΙΤΕΡΑ ΨΥΧΙΚΑ ΦΑΙΝΟΜΕΝΑ ΣΤΗΝ ΕΦΗΒΕΙΑ

- Ο **ασκητισμός**(απόσυρση,ανορεκτική τάση,φειτοποίηση)
- Η **διανοητικοποίηση**(«ξερά εγκεφαλικά»,όχι συναίσθημα,Η/Υ)
- Η **υπερπροσαρμογή**(καταστολή προσωπικών επιθυμιών,ορμών,Fromm: «υποτακτικούς»,Marcia: «με δοτή ταυτότητα»,φαντασιακή αναστολή,βραχυκύκλωμα γνωστικών δραστηριοτήτων))
- Η **φυγή προς την ελευθερία και την αυτονομία**(υποσυνείδητος φόβος για τους καταπιεστικούς γονείς,οικοδόμηση μυθικής ή εξωπραγματικής εικόνας εαυτού-ζωής,ανάγκη για ταξίδια,κίνδυνος απότομης απομυθοποίησης,φυγή από τα ανεπίλυτα προβλήματα)
- Ο **ψεύτικος εαυτός** («αμυντική κατασκευή» για να κρύψει ευαισθησίες και αδυναμίες,ψευδοεικόνα,μυθομανία,άρνηση,Deutch: «ως σαν» προσωπικότητες)

- Ο **επαναστάτης ή ταραξίας έφηβος**(ως άμυνα και αντίδραση,Newton: ως τρόπο απόκτησης δύναμης)
- Το **σύνδρομο του δημοφιλούς έφηβου**(«εξυπνος,μάγκας,μηχανόβιος,παντογνώστης,κλόουν»,αιώνιοι εργένηδες, «φοβούνται τη δέσμευση,δεν κατέχουν κανέναν»)
- Ο **αυνανισμός** στην εφηβεία(εκτόνωση ορμών,πρωτογενής ερωτική δραστηριότητα,υγιής σχέση με το σώμα,έμπρακτη επιβεβαίωση του ανδρισμού-αποχωρισμού από τη μητέρα,ενοχές-τύψεις,κίνδυνος)
- Η **ακραία σεξουαλικοποίηση**(μηχανισμός εξισορρόπησης ψυχικών εντάσεων-ταυτισιακών αμφιβολιών)

- **σεξουαλικός πειραματισμός και οι ομοφυλοφιλικές συμπεριφορές**(γνώση απωθημένων πλευρών-ορίων, έλλειψη σταθερών ταυτίσεων, κάλυψη από μητρική αγκαλιά, απόρριψη «μη περπατημένων», απόδειξη ανδρισμού)
- **Η αμφισεξουαλικότητα(αμφιφυλία)**(Freud:έντονες σεξουαλ.προσκολλήσεις, «δυσφορία»στο σώμα του,αποταύτιση)
- **Διαταραχή σεξουαλικής ταυτότητας και δυναμική των ταυτίσεων**(βιολογικές προδιαθέσεις, ανατομική περιπλοκή, πρώιμη απώλεια γονέα, σεξουαλ.κακοποιήσεις, σύγχυση γενεών και ρόλων, ταύτιση αγοριού με τη μητέρα, μίσος μητέρας για το σύζυγο)

- **Η σύγχυση μεταξύ σεξουαλικότητας και συναισθηματικότητας**
(έλλειψη συναισθηματικού δεσμού και έρωτα, αίσθηση ασφάλειας, αγάπη για τον εαυτό του, σεξ.περιέργεια, φιλικές σχέσεις)
- **Η αντικαταθλιπτική χρήση του αλκοόλ και των ελαφρών ναρκωτικών**(ανάκτηση χαμένης αυτοπεποίθησης, «ένα αδύνατο και άθραυστο Εγώ», απουσία άγχους, αναστολών, άμυνας)
- **Κλοπές και κλεπτομανία στην εφηβεία**(ανικανοποίητη παιδική επιθυμία, Winnicott: ο κλέφτης ψάχνει τη μητέρα του, δίψα για περιπέτεια, να υπαρπάξει κάτι από τη ζωή των άλλων, οργή)
- **Τα άγχη δυσμορφίας και σωματικών παραμορφώσεων**(αίσθηση μη ελέγχου του σώματός του, ανολοκλήρωτη ταυτότητα φύλου, ανασφάλεια για το άλλο φύλο, προστριβές γονέων)

- ❑ **Το παιχνίδι με το θάνατο και οι παθολογικές ταυτίσεις** (ανάγκη επιβεβαίωσης, διάκρισης. Απογοήτευση, ναρκισσιστική παθολογία, «καμικάζι», σύμβολο ανδρισμού, σεξουαλική ταυτότητα, φαντασιώσεις, «ακάλυπτος εαυτός», «προβληματική ταύτιση», σύγκρουση με το θάνατο)
- ❑ **Αυτοτραυματισμοί** (οργή ενάντια στους γονείς και τον εξωτερικό περίγυρο, οργή ενάντια στον εαυτό του, τάση να δαμάσει ή να τιμωρήσει το σεξουαλικό σώμα, αίσθηση ψυχικής ενότητας))
- ❑ **Οι φιλοσοφικές αναζητήσεις και ο «συναισθηματικός εγωκεντρισμός των εφήβων»** (αναζητήσεις, ύπαρξη Θεού, άγνωστο)
- ❑ **Οι άνετες, επιδεικτικές και οι επιφανειακά αδιάφορες συμπεριφορές**
(τακτική αυτοπροστασίας, «Fenichel: αντι-φοβικός μηχανισμός άμυνας», καταρράκωμα θετικής εικόνας εαυτού, αδυναμία, φόβος)

- ❑ **Σύγχυση μεταξύ ελευθερίας και συναισθηματικής αυτονομίας**(άμυνα,επώδυνη η παραδοχή,ένδειξη εμπιστοσύνης)
- ❑ **Η χρήση της γλώσσας στην εφηβική περίοδο**(ανάγκη για ριζοσπαστική-προκλητική αναθεώρηση κανόνων,ανάγκη αμφισβήτησης-ακύρωση-διάκρισης,φαντασιωτικό στοιχείο)
- ❑ **Τατουάζ και σώμα στην εφηβεία**(αναγνωριστικό σημείο,σωματικό Εγώ,ταυτόσημο με τον εαυτό του,αναπαράσταση,σημαινόμενο,ωραιοποίηση,αρνητική εικόνα)
- ❑ **Η «λατρεία» της μουσικής στην εφηβεία**(εικόνα καλλιτέχνη,είδωλο,ταυτισιακό πρότυπο,Burke & Reitzes:self-to-prototype-matching,ναρκισσιστική επιλογή,κυκλώματα)
- ❑ **Η φυγή από την οικογένεια και οι περιπλανήσεις του εφήβου**(απτοτομη απομυθοποίηση πατρικής μορφής,αδυναμία)
- ❑ **Ο ανταγωνισμός μεταξύ αδελφών στην εφηβεία**(σειρά,στάση,αίσθηση εαυτού,δευτερότοκα,διπλολο)

ΑΠΟΚΛΙΝΟΥΣΕΣ-ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΙΚΕΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΕΣ

□ ΣΥΜΠΤΩΜΑ: έκφραση εσωτερικών συγκρούσεων του ατόμου

Περιλαμβάνει:

1. Μια έκφραση ή εκτόνωση συναισθηματικού τύπου
2. Μια επικοινωνιακή διάσταση με την έννοια του μηνύματος
3. Ένα κίνητρο, μια επιθυμία για την επίτευξη του στόχου

ΣΟΒΑΡΟΤΗΤΑ ΤΟΥ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΟΣ

Σημαντικότεροι παράγοντες(Herbert):

1. Η συχνότητα
2. Η εμφάνιση άλλων συμπτωμάτων
3. Ο βαθμός απόκλισης από το κανονικό
4. Η ένταση του συνοδευτικού συναισθήματος
5. Η αδυναμία αποφυγής του συμπτώματος
6. Ο βαθμός δυσλειτουργίας στην κοινων, αισθηματ, επαγγελματική ζωή

ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ

- Προκαλείται από την αδυναμία του εφήβου να:
 1. Να επιβληθούν γύρω τους, να ελέγξουν το μέλλον τους
 2. Να ελέγξουν το σώμα τους και τις ορμές τους
 3. Να ελέγξουν, να επιβληθούν στο άλλο φύλο
 4. Να ανταποκριθούν στις επιθυμίες-φιλοδοξίες των γονέων τους
 5. Να ανταποκριθούν στις αλλαγές του σώματός τους
 6. Να ξεπεράσουν το «σοκ» της γονεϊκής εγκατάλειψης
 7. Αντίδραση στην απώλεια προσφιλούς προσώπου, τραυματική εμπειρία
- Η εξέλιξή της εξαρτάται από:

προσωπικότητα, τα βιώματα, ψυχικά αποθέματα, στάση οικογένειας

ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑΣ

- Χαρακτηριστικά ψυχοπαθούς προσωπικότητας:
 1. Συναισθηματική αστάθεια
 2. Έντονα εγωϊστικά, ανώριμα, ναρκισσιστικά στοιχεία
 3. Από επιθετική μέχρι καταστροφική συμπεριφορά
 4. «Φλερτ» με το νόμο μέχρι παραβατική συμπεριφορά
 5. Απόρριψη του σχολείου-κάθε δομημένη κοινότητας
 6. Απόρριψη ορίων και κανόνων
 7. Χρήση ναρκωτικών