

ΕΦΗΒΟΙ ΚΑΙ ΟΜΑΔΙΚΟΤΗΤΑ

Εισήγηση για την ημερίδα με θέμα ‘Τα παιδιά και οι Έφηβοι στην Οικογένεια και το Σχολείο’ του Ελληνικού Οργανισμού Ψυχοθεραπείας και Παιδείας στην Ομαδική Ανάλυση.

Εισηγητής: Σπύρος Λούτσος

19 Ιανουαρίου 2008

Η εφηβεία είναι γνωστή ως η περίοδος που εκτείνεται στη δεύτερη δεκαετία της ζωής ενός ανθρώπου. Πρόκειται για εκείνη την ηλικιακή περίοδο που ξεκινά περίπου από το 12^ο έτος και ολοκληρώνεται περίπου στο 18^ο έτος της ζωής του ανθρώπου. Πέρα όμως από αυτό, η έναρξη και το τέλος της εφηβείας σηματοδοτούνται από τις προσδοκίες της κοινωνίας μέσα στην οποία ζουν οι νέοι άνθρωποι, οπότε και συνδέεται με την κουλτούρα της κάθε κοινωνίας. Οι προηγούμενες εμπειρίες παίζουν πολύ μεγάλο ρόλο για την ‘ομαλή’ εξέλιξη ενός εφήβου και είναι για τον καθένα ιδιαίτερη, ανάλογα με τα βιώματά του.

Η εφηβεία χωρίζεται συνήθως σε τρεις περιόδους: (1) πρώιμη (ηλικίες 11 μέχρι 14), (2) μέση (ηλικίες 14 μέχρι 17) και (3) όψιμη (ηλικίες 17 μέχρι 20). Αυτός όμως ο διαχωρισμός είναι αυθαίρετος, καθώς η ανάπτυξη και περισσότερο η σωματική ανάπτυξη, διαφέρει από άτομο σε άτομο. Πρέπει να διαχωριστεί η ήβη από την εφηβεία. Η πρώτη είναι μια διαδικασία σωματικής αλλαγής, ενώ η δεύτερη είναι περισσότερο μια διαδικασία ψυχολογικής αλλαγής. Κάτω από ιδανικές συνθήκες, οι δυο διαδικασίες είναι συγχρονισμένες. Όταν δεν συμβαίνουν ταυτόχρονα, ο έφηβος ή η έφηβη έχει να αντιμετωπίσει ένα επιπρόσθετο στρες.

Οι βιολογικές αλλαγές κατά τη εφηβεία συνοδεύονται από την επαναδραστηριοποίηση της σεξουαλικότητας, την ανάπτυξη της αφαιρετικής σκέψης και την έκρηξη της δημιουργικότητας. Οι σωματικές αλλαγές οφείλονται στις ορμονικές μεταβολές που επιτελούνται κατά την εφηβεία. Η αύξηση του επιπέδου έκκρισης ορμονών (τεστοστερόνης και οιστραδιόλης) επηρεάζει τη λειτουργία του Κ.Ν.Σ. και είναι υπεύθυνη για τις αλλαγές συμπεριφοράς και διάθεσης που παρατηρούνται. Για παράδειγμα, τα υψηλά επίπεδα τεστοστερόνης έχουν συσχετιστεί με την επιθετικότητα και την παρορμητικότητα σε ορισμένους άνδρες ή με τη λίμπιντο στους εφήβους οπότε και εκδηλώνονται με την ενόρμηση του φύλου, τον αυνανισμό και την ενόρμηση για συνουσία.

Πολλοί επιστήμονες ασχολήθηκαν με τη εφηβεία καθώς είναι πολύ σημαντική: ο Φρόιντ ανέφερε την εφηβεία σαν την περίοδο κατά την οποία επαναδραστηριοποιείται η λίμπιντο ή αλλιώς η σεξουαλική ενέργεια η οποία είχε παραμείνει κατά τα προεφηβικά χρόνια σε λανθάνουσα κατάσταση. Η κορύφωση της αντρικής σεξουαλικής ορμής τοποθετείται στην ηλικία των 17 με 18 χρόνων.

Η Άννα Φρόιντ θεώρησε ότι οι δυο αμυντικοί μηχανισμοί που χρησιμοποιούνται συχνότερα από τους εφήβους με σκοπό να αντιμετωπίσουν τις σεξουαλικές τους ενορμήσεις, είναι ο διανοητικισμός και ο ασκητισμός. Το πρώτο εκδηλώνεται μέσα από την ενασχόληση με ιδέες και βιβλία, ενώ το δεύτερο εκδηλώνεται μέσα από μια υποχώρηση προς μια κατάσταση ενασχόλησης με μεγάλες ιδέες και αποκήρυξη των σωματικών ευχαριστήσεων. Οι περισσότεροι έφηβοι παλεύουν να ελέγξουν τις ενορμήσεις τους. Ο έφηβος της πρώιμης φάσης καθώς είναι ακόμη προσκολλημένος στην οικογένειά του μερικές φορές ζει μια αναζωπύρωση των Οιδιποδιακών του αισθημάτων για το γονέα του αντιθέτου φύλου. Γενικά όμως, αυτές οι σκέψεις και τα αισθήματα απωθούνται και η σεξουαλικότητα κατευθύνεται προς τα έξω. Μερικά χαρακτηριστικά αυτού του σταδίου είναι οι ερωτικές απογοητεύσεις, η λατρεία διαφόρων ηρώων και η εξιδανίκευση αστέρων του κινηματογράφου και της μουσικής.

Στη μέση εφηβεία είναι συχνός ο πειραματισμός επάνω σε διάφορους σεξουαλικούς ρόλους και συμπεριφορές. Η έναρξη των εμμηνών στις έφηβες είναι δυνατόν να τους προκαλέσει ψυχικές δυσκολίες. Είναι καλό να πληροφορούνται από τους γονείς και όχι να εγκαταλείπονται στην όποια πληροφορία από παρέες ή από τα ΜΜΕ.

Όσον αφορά τη γνωστική ανάπτυξη των εφήβων και σύμφωνα με τον Piaget, παρατηρείται ότι με το ξεκίνημα της εφηβείας η σκέψη γίνεται αφαιρετική, ικανή για χειρισμό εννοιών, προσανατολισμένη προς το μέλλον. Οι έφηβοι επιδεικνύουν αξιοσημείωτη δημιουργικότητα που μπορεί να εκφράζεται μέσα από διάφορους τρόπους (π.χ. μουσική, γράψιμο, ποίηση, αθλητισμό, ιδεολογικές αναζητήσεις πάνω σε ζητήματα ανθρωπισμού, ηθικής, ηθών και θρησκείας).

Ο Βίνικκοττ θεωρεί ότι είναι μια περίοδος κατά την οποία συμβαίνει μια νέα προσαρμογή στην πραγματικότητα και αυτή η αλλαγή κάνει τους εφήβους εύθραυστους και έχουν ανάγκη από ένα ικανό στήριγμα.

Σύμφωνα με τον Erikson το μείζον καθήκον της εφηβείας είναι η επίτευξη ταυτότητας του εγώ. Ορίζεται ως η επίγνωση που έχει το άτομο για το ποιος είναι και το που πάει. Βιώνει πλέον την

αίσθηση ταυτότητας, την αίσθηση ότι είναι μοναδικός, ιδιαίτερος και προετοιμασμένος να ταιριάζει σε κάποιον κοινωνικό ρόλο. Γίνεται προσπάθεια να καθορίσει τη θέση του στο παρόν και τις προσδοκίες του για το μέλλον αντιλαμβανόμενος πως έχει τη δύναμη να ελέγχει τη μοίρα του.

Το φυσιολογικό αγώνα ο οποίος διαδραματίζεται κατά τη διάρκεια της εφηβείας, ο Erikson τον ονόμασε Ταυτότητα versus (εναντίον) Σύγχυση ρόλου. Η ταυτότητα είναι η ασφαλής αίσθηση του εαυτού. Η ανάπτυξη ταυτότητας εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από το πόσο επιτυχής ήταν η προσπάθεια του παιδιού να φθάσει στο αίσθημα της πίστης, της αυτονομίας, της πρωτοβουλίας και της φιλοπονίας. Η διαδικασία επίτευξης ταυτότητας διευκολύνεται και από τις ταυτίσεις που κάνει το παιδί με τους γονείς ή με τα υγιή γονεϊκά υποκατάστατα. Η ταυτότητα προϋποθέτει ένα αίσθημα αλληλεγγύης με τις ιδέες και τις αξίες της κοινωνικής ομάδας. Ο έφηβος δοκιμάζει διάφορους ρόλους και μεταβάλλει τις ηθικές του αξίες μέχρι όμως να κατασταλάξει σε ένα ηθικό σύστημα με εσωτερική συνέπεια και λειτουργικότητα. Η σύγχυση που απαντάται και ως διάχυση ταυτότητας, είναι η αποτυχία να αναπτυχθεί ένας συνεκτικός εαυτός ή μια συνεκτική εικόνα του ατόμου σε σχέση με τον εαυτό του.

Η νέα πραγματικότητα δημιουργεί βασανιστικά ερωτήματα ‘ τι είμαι εγώ’ ή ‘ποιος είμαι’. Επειδή δεν αισθάνονται αληθινοί υπάρχουν μέσα από την πρόκληση. Έτσι, πρόκληση και εξάρτηση γίνονται τα δυο κύρια χαρακτηριστικά της εφηβείας. Από τη μία επιθυμούν την εξάρτηση από την οικογένεια λόγω της ανασφάλειας που αισθάνονται και από την άλλη προκαλούν τους πάντες με τη συμπεριφορά τους στην προσπάθειά τους να διαμορφώσουν ένα πολύ ξεχωριστό τρόπο για να υπάρχουν μέσα στο ευρύτερο κοινωνικό περιβάλλον. Πράξεις που προκαλούν την αντίδραση του περίγυρου, τους κάνουν να αισθάνονται πραγματικοί και πολλές φορές προσδίδουν μια προσωρινή συνοχή σε μια ομάδα συνομηλίκων.

Η ταύτιση με την ομάδα επιτυγχάνεται μέσω της χρήσης ιδιαίτερων κωδικών όπως εκδηλώνονται στη γλώσσα που πολλές φορές χρησιμοποιούν όταν επικοινωνούν μεταξύ τους. Επιπλέον, μέσω στάσεων και συμπεριφορών (ντύσιμο, εξωτερική εμφάνιση) ή ακόμη και ιδιαίτερων κινήσεων που υιοθετούνται από ομάδες εφήβων προκειμένου να δώσουν το δικό τους στίγμα και να διαφοροποιηθούν από άλλες ομάδες συνομηλίκων ή κατά κύριο λόγο από τους ενήλικες. Προσπαθούν να διαμορφώσουν μια ιδιαίτερη, μοναδική κουλτούρα που να εκφράζει τη γενιά τους και μόνο. Η μορφή που παίρνει αυτή η κουλτούρα είναι πιθανό να αλλάζει σε πολύ γρήγορους ρυθμούς, όπως ακριβώς και η διάθεσή τους. Όταν οι γονείς πολλές φορές για δικούς τους προσωπικούς λόγους, ενσωματώνουν στη δική τους κουλτούρα στοιχεία από την κουλτούρα των εφήβων το μόνο που καταφέρνουν είναι να τους εξωθούν σε πιο ακραίες καταστάσεις ώστε να

διατηρούν τη διαφορετικότητά τους. Η συναισθηματική 'προίκα' που κουβαλά ένας έφηβος από τα παιδικά του βιώματα μέσα στην οικογένεια τον καθοδηγεί στους πειραματισμούς του κατά την επιλογή ομάδων με τις οποίες θα ταυτιστεί τελικά.

Οι σχέσεις των εφήβων εντός ομάδας χωρίζονται χονδρικά σε τρεις κατηγορίες: (α) στο πλήθος/μάζα (β) στην κλίκα και (γ) στις ατομικές φιλίες. Η λιγότερο προσωπικές είναι οι πρώτες. Τα μέλη μιας μάζας συγκεντρώνονται επειδή έχουν κοινά ενδιαφέροντα, κοινωνικές ιδέες και στη βάση κάποιας οργανωμένης κοινωνικής δραστηριότητας (π.χ. πάρτι όπου έχουν την ευκαιρία να έρθουν σε αλληλεπίδραση τα δυο αντίθετα φύλα). Στη μάζα συμμετέχουν πολλές μικρότερες ομάδες εφήβων οι κλίκες. Αυτές καθώς είναι μικρότερες σε μέγεθος συμμετεχόντων μελών ομοιάζουν με το σχήμα της οικογένειας δίνοντας την ευκαιρία να μεταβιβασθεί η πίστη από την οικογένεια στην κλίκα και παρέχουν ένα εναλλακτικό κέντρο όπου αισθάνονται ασφάλεια. Αναπτύσσεται μεγάλη συνοχή, ενώ συνήθως συμμετέχουν άτομα του ίδιου φύλου. Υπάρχει έντονη λεκτική επικοινωνία και ουσιαστικά οι κλίκες λειτουργούν προπαρασκευαστικά για τη συμμετοχή στις δραστηριότητες της μάζας.

Γίνεται αντιληπτό ότι η απόρριψη από την ομάδα συνομηλίκων οδηγεί στην απομόνωση και ο έφηβος που τη βιώνει περνά πολύ δύσκολες στιγμές. Συνήθως παρουσιάζουν χαμηλή αυτοεκτίμηση και λόγω της φυσιολογικής τους ανάγκης να ανήκουν κάπου είναι πιθανό να προσχωρήσουν σε πιο περιθωριακές ομάδες, ώστε να αποκτήσουν οντότητα. Ακόμη η συμμόρφωση προς κάποια κλίκα/ομάδα να τους οδηγήσει σε πράξεις που μπορεί αργότερα να μετανιώσουν που τις έκαναν. Σε αντιδιαστολή με τα παραπάνω διάφοροι έφηβοι/ες που αισθάνονται διαφορετικοί έχουν βρει 'καταφύγιο' σε ομάδες με δημιουργικά κοινά σημεία (π.χ. μουσικές μπάντες ή αθλητικές ομάδες).

Το περιβάλλον οφείλει να τους δώσει χρόνο επιτρέποντάς τους να παραμείνουν ανώριμοι. Η εφηβεία υποδηλώνει ανάπτυξη, και αυτή η ανάπτυξη χρειάζεται χρόνο. Η στάση των γονέων σε αυτή τη χρονική στιγμή έχει βαρύνουσα σημασία. Στο διάστημα της ανάπτυξης σε μια βελτιωτική πορεία οι γονείς πρέπει να παίρνουν την ευθύνη. Αν παραιτηθούν τότε οι έφηβοι θα βρεθούν βεβιασμένα σε μια ψευδο-ωριμότητα και θα χάσουν το πολύτιμο προσόν τους: την ελευθερία να ονειρεύονται, να έχουν νέες ιδέες και να ενεργούν παρορμητικά. Περισσότερο από την κατανόηση στην ανωριμότητα των εφήβων χρειάζεται να επιδείξουν αντοχή και σταθερότητα στη δοκιμή που υπόκεινται από τα παιδιά τους. Είναι ανάγκη να σταθούν κοντά τους και να συνδιαλλαγούν μαζί τους. Η αντιπαράθεση εδώ γίνεται συνώνυμο του 'εμπεριέχω' και της αποδοχής. Σημαίνει

ανταπόκριση της πρόκλησης και επιβεβαίωση της ύπαρξής τους. Έτσι, συμβάλλουν στη διαμόρφωση ή όχι μιας σταθερής προσωπικής ταυτότητας.

Η ζωντάνια και οι νέες ιδέες που πρεσβεύουν οι έφηβοι είναι πολύ χρήσιμες στην κοινωνία γιατί την εμπλουτίζουν και προσδίδουν ενθουσιασμό. Οι έφηβοι έχουν ανάγκη να αναπτύξουν μια δική τους κουλτούρα που θα ξεχωρίζει από αυτήν των προηγούμενων γενεών.

Στην εποχή μας φαινόμενα όπως η θεσμοθετημένη παράταση της εφηβείας, η σχεδόν καταναγκαστική αφοσίωση των εφήβων στην εκπαιδευτική διαδικασία όπου μοιραία φέρνει σε δεύτερη μοίρα όλες τις άλλες μορφές έκφρασης, η στροφή σε εικονικές μορφές σχέσεων μέσω των νέων τεχνολογιών, η ολοένα και πιο πρόωγη απαίτηση να επιλέξουν επάγγελμα πολλές φορές χωρίς περιθώριο σφάλματος και διόρθωσης, οδηγούν του εφήβους και τις οικογένειές τους σε μοναχικές προσπάθειες επίλυσης των προβλημάτων. Η ομαδική ανάλυση σεβόμενη την προσωπικότητα του καθένα και προάγοντας το διάλογο μπορεί να δείξει ένα διαφορετικό τρόπο επίλυσης των κρίσεων και δημιουργίας σχέσεων.

Οι ομάδες εφήβων οι οποίες στηρίζονται στις αρχές της Ομαδικής Ανάλυσης έχουν συνήθως χαρακτήρα αυτογνωσίας. Αυτό σημαίνει ότι συμβαδίζουν με την έναρξη και την λήξη μιας σχολικής χρονιάς, καθώς οι αλλαγές στη ζωή τους είναι ταχύτατες και συχνά δεν εξασφαλίζεται η συνέχεια των μελών κάθε Σεπτέμβριο. Επιδιώκεται να είναι μεικτές ομάδες (αγόρια – κορίτσια). Αποτελούν πραγματικά ένα ασφαλές καταφύγιο για τους ανήσυχους εφήβους που συμμετέχουν ως μέλη είτε αντιμετωπίζουν ψυχοπαθολογικές δυσκολίες είτε απλά επιθυμούν να επικοινωνήσουν με τον αυθόρμητο και άμεσο τρόπο που προσφέρει ένα ομαδικοαναλυτικό πλαίσιο. Μέσα σε μια ομάδα διαφαίνεται όλη η παραπάνω εικόνα που περιγράφηκε. Χαρακτηριστικό είναι οι έντονες αλλαγές μέσα σε **μια** συνάντηση: από ώριμες θεωρήσεις σε θέματα που μπορεί να απασχολούν και ενήλικες εντελώς ξαφνικά σε παιδικές αντιδράσεις με έντονα στοιχεία παλινδρόμησης. Ομοίως και οι μεταβιβάσεις προς τους θεραπευτές. Από τη μια να είναι πρόσωπα προς ταύτιση και αμέσως να γίνονται γονεϊκές φιγούρες που τους παρασύρουν πίσω στην παιδική ηλικία. Η ανοχή και η σταθερότητα από τη μεριά των θεραπευτών είναι απαραίτητα για την επιτυχή λειτουργία της ομάδας. Οι έφηβοι/ες βρίσκουν την κατανόηση, εκφράζουν την ενδοψυχική σύγκρουση που βιώνουν με διάφορους τρόπους και εκδηλώνουν με ανακούφιση την περιβόητη κρίση της εφηβείας που τόσο τρομάζει τους γονείς. Η παντοδυναμία και η αμφιθυμία που χαρακτηρίζουν τους εφήβους αποτελούν σοβαρές αντιστάσεις για την ένταξή τους στις ομάδες αυτογνωσίας.

Σε ότι αφορά μικρότερους εφήβους (ηλικίας 13-16) προτείνονται ομάδες με χρήση δραστηριοτήτων τέχνης (αντικείμενο). Το αντικείμενο θα διευκολύνει την αμηχανία που προκύπτει από την απραξία της απλής συμμετοχής από μια καρτέλα, ενώ παράλληλα βρίσκει έκφραση η δημιουργικότητα μέσω του αντικειμένου και εκτονώνεται η διάχυτη ενέργεια των εφήβων αυτής της ηλικίας.

Παρακάτω παρουσιάζονται συνοπτικά ζητήματα που απασχολούν τους εφήβους όπως καταγράφηκαν μέσα από την εμπειρία με ομάδες εφήβων.

- **Σχέσεις με τους γονείς.** Οι συγκρούσεις γίνονται συχνότερες και εντονότερες. Τα κύρια θέματα διαφωνίας είναι: το χαρτζιλίκι και η διαχείρισή του, η ώρα επιστροφής στο σπίτι, οι βραδινές έξοδοι, η σωματική καθαριότητα και η τάξη του προσωπικού χώρου, η επίδοση στο σχολείο, η επιλογή ερωτικού συντρόφου (κυρίως για τα κορίτσια)
- **Σχέσεις με το αντίθετο φύλο.** Αρχίζουν τα πρώτα φλερτ και ερωτικά σκιρτήματα. 'Ντύνουν' με δικαιολογία τις ούτως ή άλλως έντονες συναισθηματικές μεταπτώσεις (π.χ. από ενθουσιασμό γιατί τα έφτιαξα σε κατάθλιψη γιατί τα χάλασα)
- Εμφάνιση της **περιόδου** στα κορίτσια και τριχοφυΐας στα αγόρια η οποία συνοδεύεται από έντονη **ανάπτυξη της σεξουαλικότητας**. Όπως κάθε τι καινούργιο φοβίζεται. Υπάρχει όμως έντονη και η ικανοποίηση του μεγαλώματος
- Αυξημένες απαιτήσεις της **εκπαίδευσης**. Μείωση ελεύθερου χρόνου με το συνεχές τρέξιμο σε φροντιστήρια αλλά και το φόρτο της καθημερινής μελέτης. Μοιάζουν να πληρώνουν τα κενά του κακού ελληνικού εκπαιδευτικού συστήματος
- **Αναζήτηση μελλοντικού επαγγέλματος**. Ειδικά όσο πλησιάζουν οι Πανελλαδικές εξετάσεις.
- **Έναρξη χρήσης ουσιών** (π.χ. κάπνισμα, αλκοόλ). Η περιέργεια αυξάνει. Οι πειρασμοί και η πίεση από τους συνομηλίκους επίσης, καθώς συνοδεύονται και από μια αίσθηση χειραφέτησης και αντιδραστικότητας.
- Επικείμενη υποχρέωση της **στρατιωτικής θητείας**. Για τα πιο μεγάλα αγόρια η αγωνία μεγαλώνει.

- **Επιθυμία να μετακομίσουν σε σπίτι μόνοι/ες.** Όλοι το ονειρεύονται και κάνουν σχέδια αλλά όταν φτάνει η στιγμή ξυπνάν αγωνίες και νοσταλγία για τη φροντίδα της μαμάς
- **Αποχαιρετισμός της παιδικής ηλικίας.** Πολύ κλάμα.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Βίννικοττ, Ντ. (2000). *Το Παιδί , το Παιχνίδι και η Πραγματικότητα*. Αθήνα: Καστανιώτης.

Κάκουρος, Ε. & Μανιαδάκη, Κ. (2006). *Ψυχοπαθολογία Παιδιών και Εφήβων. Αναπτυξιακή Προσέγγιση*. Αθήνα: Τυπωθήτω.

Λούτσος, Σ. (2002). Εφηβεία: ένα βήμα πριν την Ενηλικίωση. Εισαγωγικό Σεμινάριο Ομαδικών Δυναμικών 2001-2002, Ελληνική Εταιρεία Ομαδικής Ανάλυσης και Ψυχοθεραπείας. Αθήνα.

Ρεπάσος, Γ., Λούτσος, Σ. (2000). Οι Έφηβοι: η εξέλιξή τους στην Οικογένεια , στο Σχολείο, στην Κοινότητα. Ημερίδα του Παιδοψυχολογικού – Παιδοψυχιατρικού τμήματος της Ελληνικής Εταιρείας Ομαδικής Ανάλυσης και Ψυχοθεραπείας. Αθήνα.

Cole, M. & Cole, S. (2002). *Η Ανάπτυξη των Παιδιών.Εφηβεία*. Αθήνα: Τυπωθήτω.

Davis and Wallbridg (1983). *Boundary and Space*. London: Karnac.

Erikson, E.H. (1968). *Identity: Youth & Crisis*. New York: Norton.

Feldman S., Shirley & Elliot, Glen R. (1991). *At the Threshold: The Developing Adolescent*. Cambridge, Mass: Havvard University Press.

Foulkes S.H. and Anthony E.J. (1957). *Group Psychotherapy the psychoanalytic approach*. London: Karnac.

Kroger J. (1989). *Identity in Adolescence*. London: Routledge.

Waterman A.S. (1985). *Identity in the context of Adolescent Psychology: Progress and Contents*.
San Fransisco: Jossey – Bass.