

ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΛΑΤΣΙΩΝ

ΓΡΑΦΕΙΟ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ

Η ΕΦΗΒΕΙΑ
ΚΑΙ Η ΣΩΣΤΗ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ
ΜΕΤΑΞΥ ΓΟΝΕΩΝ ΚΑΙ ΠΑΙΔΙΩΝ

ΣΧΟΛΙΚΗ ΧΡΟΝΙΑ 2023-24
Σπύρος Κουλουμής, Β.Δ. ΣΕΑ

Αγάπη μου τι συμβαίνει πάλι με την κόρη μας; Δεν την αναγνωρίζω και δεν την καταλαβαίνω πια!

Βλέπω και εγώ αυτή τη μεγάλη αλλαγή στη συμπεριφορά της κόρης μας. Αυτό που της συμβαίνει ονομάζεται....

Εφηβεία!



Πόσο καιρό θα πάρει
αυτή η **Εφηβεία** για να
περάσει; Άρχισε και μου
την δίνει! Δεν ξέρω πλέον
πώς να αντιμετωπίσω
την κόρη μας.

Χρειάζεται πολλή
υπομονή αγάπη μου.
Την κόρη μας θα την
αντιμετωπίσουμε με
Αγάπη, Όρια και
Επικοινωνία.
Αυτό θα κάνουμε!!!



ΕΦΗΒΕΙΑ

Η Ηλικία της Επανάστασης



Η εφηβεία είναι:

- * Η μεταβατική περίοδος από την παιδική στην ενήλικη ζωή.
- * Η περίοδος των συναισθηματικών διαταραχών κατά την οποία το παιδί ψάχνει να βρει την ταυτότητά του και να απαντήσει στο κρίσιμο ερώτημα “ **Ποιός είμαι;** ”
- * Η εποχή όπου το παιδί αναδιοργανώνει τη σχέση με τους γονείς του αλλά και με τους συνομήλικους του και των δύο φύλων.
- * Η ηλικία κατά την οποία το παιδί παίρνει αποφάσεις που μπορεί να είναι καθοριστικές για το μέλλον του.
- * Η περίοδος κατά την οποία έχουμε το ξύπνημα του σεξουαλικού ενδιαφέροντος και την αναζήτηση του σεξουαλικού προσανατολισμού.

(Fr. Dolto, D. Tolitz, 1989)

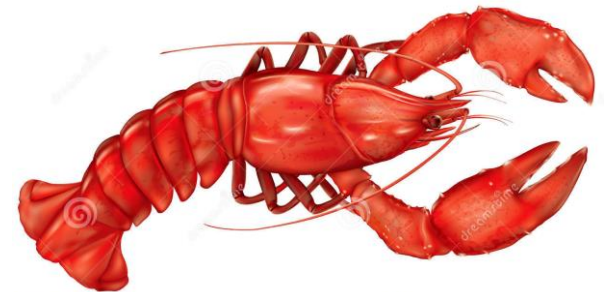
ΕΦΗΒΕΙΑ

Η μεταβατική περίοδος από την παιδική στην ενήλικη ζωή.



Ο αθωράκιστος & ευάλωτος Έφηβος «το σύμπλεγμα του αστακού»

- * Η Francoise Dolto μίλησε για τον ευάλωτο ψυχισμό των εφήβων και παρομοίασε τον έφηβο με τον αστακό στην περίοδο που αλλάζει το κέλυφός του. Αυτή την περίοδο ο αστακός είναι εκτεθειμένος σε κάθε λογής κινδύνους, εφόσον μένει χωρίς περίβλημα, μέχρι να φτιάξει το νέο του κέλυφος.



ΕΦΗΒΕΙΑ

Αρχή και Τέλος (?)

- * Η εφηβεία αρχίζει με την έναρξη της περιόδου της ήβης (δηλαδή του ξυπνήματος του σεξουαλικού ενδιαφέροντος).
- * Για τα κορίτσια η εφηβεία ξεκινά περίπου στα 11 και για τα αγόρια γύρω στα 13 τους χρόνια.
- * Η βιολογική ωρίμανση των εφήβων ολοκληρώνεται γύρω στα 18 τους χρόνια, όμως.....



ΕΦΗΒΕΙΑ

Από την εφηβεία στην ενήλικη ζωή

Όμως, υπάρχει και το συναισθηματικό μέρος της εφηβείας που με την ολοκλήρωση του θα πρέπει ο νέος/α:

- * να έχει καταλήξει στη σεξουαλική του ταυτότητα.
- * να νιώθει ασφάλεια και ικανοποίηση για τον εαυτό του.
- * και τέλος, να είναι ένας **ανεξάρτητος, ώριμος, υπεύθυνος** και **αυτόνομος** πολίτης, χωρίς συναισθηματικές εξαρτήσεις από τους γονείς του.



ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΤΗΣ ΕΦΗΒΕΙΑΣ

Αλλαγές στο σώμα του/της

- * Αλματώδης αλλαγή στο ύψος τους
- * Μεταβολή της φωνής στα αγόρια
- * Αύξηση του όγκου των γεννητικών οργάνων των αγοριών
- * Αύξηση του στήθους στα κορίτσια
- * Εμφάνιση της περιόδου στα κορίτσια
- * Εμφάνιση τριχοφυΐας στην περιοχή της ήβης και στις μασχάλες
- * Γίνεται εντονότερη η οσμή του ιδρώτα τους



ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΤΗΣ ΕΦΗΒΕΙΑΣ

Αλλαγές στον συναισθηματικό τους κόσμο



- * Έντονη ανασφάλεια για το σώμα που αλλάζει
- * Νευρικότητα – ανησυχία (έκφραση της εσωτερικής έντασης)
- * Αυξημένη ευσυγκινησία (θίγονται με το παραμικρό)
- * Απότομες αλλαγές στη συναισθηματική τους κατάσταση
- * Εγωκεντρισμός
- * Ατίθαση και προκλητική συμπεριφορά
- * Επιθυμία να μένουν μόνοι τους (ονειροπόληση, μελαγχολία)
- * Ανία (νιώθουν πλήξη και αδιαφορία για θέματα που παλαιότερα τους ενδιέφεραν)
- * Αντιδραστική-εχθρική συμπεριφορά προς τους άλλους

ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΤΗΣ ΕΦΗΒΕΙΑΣ

Αλλαγές στις κοινωνικές τους σχέσεις

- * Αντιλαμβάνονται ότι οι γονείς τους δεν είναι τέλειοι και αρχίζουν να τους αμφισβητούν και να τους ασκούν κριτική.
- * Απομακρύνονται από τους γονείς (περισσότερη ανεξαρτησία).
- * Οι φίλοι γίνονται πολύ σημαντικοί και επηρεάζουν τη συμπεριφορά τους, το ντύσιμο, το κούρεμα, ακόμα και τη μουσική που ακούν.
- * Έχουν την ανάγκη να ανήκουν σε ομάδες/παρέες και έχουν τη δική τους γλώσσα επικοινωνίας.
- * Αυξάνεται το ενδιαφέρον τους για θέματα γύρω από το σεξ.
- * Τους ενδιαφέρει η δημιουργία σχέσεων με το αντίθετο φύλο.
- * Χρησιμοποιούν λέξεις και εκφράσεις με σεξουαλικό περιεχόμενο.
- * Εναντιώνονται γενικά σε κάθε μορφή εξουσίας.



ΤΡΟΠΟΙ ΧΕΙΡΙΣΜΟΥ ΤΩΝ ΕΦΗΒΩΝ

- * Τρίπτυχο της επιτυχίας: **αγάπη**, **όρια**, **επικοινωνία**
- * Τους προσφέρουμε την αγάπη μας, όπως και όποτε αυτοί την έχουν ανάγκη.
- * Προσπαθούμε να κατανοήσουμε τον τρόπο σκέψης και συμπεριφοράς τους.
- * Προσπαθούμε να κατανοήσουμε και να σεβαστούμε τις ανάγκες τους.
- * Ανοίγουμε κανάλια επικοινωνίας μαζί τους και συζητούμε με **σεβασμό** τα θέματα που προκύπτουν.
- * Χειριζόμαστε τις απαιτήσεις και τις δύσκολες συμπεριφορές τους με υπομονή και μέσα από διάλογο (καλοί διαπραγματευτές).
- * Αποφεύγουμε τις συγκρούσεις και κυρίως τους προσωπικούς χαρακτηρισμούς.

ΤΡΟΠΟΙ ΧΕΙΡΙΣΜΟΥ ΤΩΝ ΕΦΗΒΩΝ

συνέχεια.....

Όμως, πώς αυτά επιτυγχάνονται;

- * Κάνουμε ανοικτή συζήτηση μαζί τους για την φάση που περνούν.
- * Επαναπροσδιορίζουμε τους ρόλους στη σχέση μας και ξεκαθαρίζουμε τα δικαιώματα αλλά και τις υποχρεώσεις τους.
- * Κάνουμε ξεκάθαρες συμφωνίες και καθορίζουμε τις συνέπειες σε περίπτωση μη τήρησής τους.
- * Θέτουμε ως γονείς ξεκάθαρα και αδιαμφισβήτητα τα όρια της δικής τους συμπεριφοράς.
- * Μένουμε σταθεροί σε αυτά που συμφωνήσαμε.
- * Αν παραστεί ανάγκη, τότε γίνεται λελογισμένη χρήση «παιδαγωγικών μέτρων», ως συνέπεια της λανθασμένης συμπεριφοράς τους.

ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ ΓΙΑ ΤΗΝ
ΠΡΟΣΟΧΗ ΣΑΣ

ΚΑΙ ΣΑΣ ΕΥΧΟΜΑΙ ΚΑΛΗ ΔΥΝΑΜΗ ΚΑΙ ΥΠΟΜΟΝΗ.

ΕΦΗΒΕΙΑ ΕΙΝΑΙ, ΘΑ ΠΕΡΑΣΕΙ !!!!!