

Η ΚΡΙΣΗ ΤΟΥ ΚΟΡΩΝΟΙΟΥ ΣΤΗΝ ΚΡΙΣΗ ΤΗΣ ΕΦΗΒΕΙΑΣ

Ευγενία Α. Σουμάκη

Αν. Καθηγήτρια Παιδοψυχιατρικής Πανεπιστημίου Κρήτης, Ψυχαναλύτρια, Μέλος ΕΕΨΨ

Δημήτρης Κ. Αναγνωστόπουλος

Ομότιμος Καθηγητής Παιδοψυχιατρικής ΕΚΠΑ, Ψυχαναλυτής, Μέλος ΕΕΨΨ

Η **εφηβεία** είναι περίοδος κρίσης, και ανακατατάξεων και οδηγεί τον «Έφηβο» να γίνεται ένας «Άλλος». Ταυτόχρονα και οι γονείς αντιμετωπίζουν τη δική τους αναπτυξιακή φάση εξέλιξης, ανάλογα με τις αλλαγές της δικής τους ηλικίας, παράλληλα με τις αντιδράσεις του έφηβου, που συχνά τους οδηγούν σε αμηχανία, αναστάτωση, πανικό.

Ήδη, από την αρχή της εφηβείας ξεκινάνε αυτές οι διεργασίες, που θα οδηγήσουν στο σχηματισμό της ταυτότητας.

Θα αναφερθούμε στις φάσεις που διανύει ο έφηβος για να κατανοήσουμε τον τρόπο που διαχειρίζεται τον εαυτό του, προκειμένου να «συνδεθούμε» μαζί, ώστε να τον διευκολύνουμε σ' αυτή την διπλή κρίση, τη δική του και αυτή «των άλλων».

Γιατί ο μεν έφηβος γίνεται ένας «άγνωστος» αλλά και οι ενήλικες, εκείνοι που ο ίδιος επιλέγει να ταυτιστεί και να συνοδευτεί σε αυτήν την πορεία, γίνονται για αυτόν «αλλόκοτοι».

Στο **πρώτο στάδιο της εφηβείας** (11-14 ετών) ο έφηβος συναντάται με τη σεξουαλικότητα και το σώμα. Ο ναρκισσισμός και η παντοδυναμία είναι σε κορύφωση, το Υπερεγώ (σύστημα αξιών και υποχρεώσεων) πιο ευλύγιστο και η αυτοεκτίμηση ασταθής, καθώς αποσυνδέεται σιγά-σιγά από τα εσωτερικευμένα αντικείμενα (γονείς) που ως τώρα τον καθοδηγούσαν. Ο έφηβος βρίσκεται σε αμφιθυμία, έτσι και η συμπεριφορά του περιγράφεται άστατη με εναλλαγή ενασχολήσεων και συνηθειών παιδικής ηλικίας, διεκδικήσεις αυτονομίας και έντονο ανταγωνισμό με τους γονείς.

Τα συναισθήματά του είναι μοναξιάς, κενού και φτώχειας, οι δε σχέσεις του με ένταση αλλά χωρίς διάρκεια με ναρκισσιστικό συμπλήρωμα «τον κολλητό».

Ο έφηβος του σταδίου αυτού έχει δυνατότητα επικοινωνίας σ' ένα πραγματικό μη συμβολικό επίπεδο, με ικανότητα αφαιρετικής σκέψης και συσχετισμού.

ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ

- Ο έφηβος έχει ανάγκη το δικό του χώρο, «μην εισέρχεστε»
- Συχνά μπερδεύει το γονιό με τη συμπεριφορά του, καθώς άλλοτε λειτουργεί με μία διαφορετική ωριμότητα απέναντι στα πράγματα και άλλοτε προβάλλει ανάγκες πρώιμες πχ. ζητά να αποφασίζει μόνος του, ενώ την επόμενη στιγμή καταφεύγει στα χάρδια της μητέρας.
- Έχει ανάγκη από σαφείς, απλές και συγκεκριμένες απαντήσεις.
- Η στάση των γονιών απέναντι του πρέπει να είναι σταθερή, όχι αυστηρή.
- Ο γονιός χρειάζεται να παραιτηθεί από τη δική του απόλυτη θέση (στη συζήτηση και όχι στα όρια) επιτρέποντας στον έφηβο την προκλητική αποεξιδανίκευση. Άλλως κάθε συνάντηση διαλόγου, θα οδηγείται σε αδιέξοδο, αν ταυτόχρονα και οι δύο προσπαθούν να υποστηρίξουν τη θέση τους.
- Ο έφηβος έχει ανάγκη την αποεξιδανίκευση του γονιού προκειμένου να προχωρήσει σε αυτή τη θέση, που θα του επιτρέψει να αναγνωρίζει το αναδυόμενο Εγώ του. Απ' την άλλη ο γονιός με ολοκληρωμένη ταυτότητα δεν χρειάζεται επιβεβαίωση από το παιδί του και σίγουρα αυτό δεν επιτυγχάνεται με πειθαρχικές προτάσεις.
- Η παρούσα κρίση του κορωνοϊού που επεκτάθηκε σε όλον τον πλανήτη και σε ανθρώπους κάθε ηλικίας έχει διαμορφώσει ένα περιβάλλον με πραγματικές ή φανταστικές απειλές που χαρακτηρίζονται από έντονο άγχος, άλλοτε καταδιωκτικό, άλλοτε απειλητικό, άλλοτε καταστροφικό (αφανισμού). Βέβαια ο έφηβος σε αυτό το στάδιο δεν αγωνιά τόσο για την εξωτερική κρίση, για την οποία βομβαρδίζεται από τα ΜΜΕ και από τις καταγιγιστικές εντολές του γονιού.
- Αυτό που πρωτίστως χρειάζεται είναι αποδοχή των διεργασιών του και άρα αποδοχή και του ίδιου. Οι συγκρούσεις είναι αναπόφευκτες και προκαλούνται και από τις δύο πλευρές, αλλά πρέπει να κατανοούνται σαν «αναπτυξιακά βήματα».

Στη **μέση ή καθαυτό εφηβεία** (14-17 ετών) επισημοποιείται στα λόγια των εφήβων ο αποχωρισμός τους από τους γονείς και η αντικατάσταση τους με πρότυπα ταύτισης.

Η σεξουαλική ταυτότητα εδραιώνεται, το Εγώ ενδυναμώνεται, το Υπερεγώ ανασχηματίζεται με πιο σταθερές και ξεκάθαρες αξίες και το ιδεώδες του Εγώ εμπλουτίζεται με την ονειροπόληση που χρωματίζει την εικόνα του θα την ήθελε να είναι.

Ο έφηβος έχοντας μερικώς εγκαταλείψει τον ναρκισσισμό του και τις σχέσεις με τα αντικείμενα-γονείς, βιώνει ένα αίσθημα μετέωρου. Η ομάδα των συνομηλίκων αποτελεί για αυτόν απαραίτητο σημείο αναφοράς, καθώς παράλληλα διαπραγματεύεται τις σχέσεις του με τους θεσμούς, τα πρόσωπα κύρους και την εξουσία.

ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ

- Ο γονιός χρειάζεται να επιτρέψει και να τροφοδοτήσει την ονειροπόληση, χωρίς να προβάλλει τη δική του απαισιοδοξία.
- Αναγκαίο είναι να επιτρέψει τη σχέση με τους συνομηλίκους
- Δεν είναι ώρα για «αυστηρούς κανόνες και όρια» στη μόνη Επικοινωνία που ο έφηβος διαθέτει μέσα από την χρήση – «κατάχρηση» των μέσων διαδικτυακής επικοινωνίας.
- Οι γονείς δεν πρέπει να γίνονται συνεχώς επικριτικοί σε «αυτά που ο έφηβος κάνει» η «δεν κάνει» και να επιτρέψουν να ορίσει μόνος του το πρόγραμμά του.
- Οι έφηβοι που έχουν ορίσει ήδη την απόσταση ανεξαρτητοποίησής τους, δεν θα δεχτούν την παλινδρόμησή τους, στην “Επιθυμία» των γονιών. Η σχέση τους με τα πρόσωπα κύρους (πχ δάσκαλοι), θα πρέπει να αντιμετωπίζεται με διπλωματία, από την μεριά των ενηλίκων.
- Πάντως χρειάζεται να εξηγηθεί στον έφηβο ότι πρόκειται για ένα Νόμο πέραν του νόμου του γονιού, που ισχύει και για τους ίδιους. Έτσι μόνο θα εξασφαλιστεί η συμμόρφωση και των «αντιδραστικών» εφήβων.

Τελικό στάδιο (17-21 ετών)

Οι έφηβοι του σταδίου αυτού έχουν κατακτήσει σε σημαντικό βαθμό την ταυτότητά τους. Πού αντιστοιχεί στην διαρκή αναζήτηση απαρτίωσης και συνέχειας του εαυτού, ανεξάρτητα από τις εσωτερικές ή εξωτερικές μεταβολές στο χρόνο και την διαφοροποίηση από τα αντικείμενα.

Στο στάδιο αυτό εδραιώνεται το βίωμα της κοινωνικής ταυτότητας.

Μεγαλύτερη φροντίδα χρειάζονται οι έφηβοι στο τέλος της δικής τους πορείας, αυτοί που βρίσκονται στην προετοιμασία των Πανελλαδικών εξετάσεων.

Ο κίνδυνος είναι να μην μπορέσουν να αντιμετωπίσουν την ανασφάλεια σε σχέση με την εφαρμογή του προγράμματος τους, το άγχος και τον πανικό που τους κυριεύει σε σχέση με τα όνειρα και τις προσπάθειές τους με αποτέλεσμα να χάσουν την οργάνωσή τους και να βυθιστούν σε συναισθηματική αποδιοργάνωση. Είναι σημαντικό οι έφηβοι να γνωρίζουν με σαφή και ξεκάθαρο τρόπο τις προϋποθέσεις, το πότε, και με τι όρους θα διεξαχθούν οι εξετάσεις.

ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ

- Ανοιχτός και ειλικρινής συναισθηματικός διάλογος. Είναι βοηθητικό να γνωρίζει ο έφηβος ότι και οι γονείς βιώνουν αδυναμία, ανασφάλεια και άγχος απέναντι σε αυτή την κατάσταση που δεν ελέγχεται. Άρα “είμαστε μαζί”
- Το μήνυμα είναι ότι πρόκειται για μία κρίση που θα περάσει και ότι όλοι μας διαθέτουμε αμυντικούς μηχανισμούς και ανθεκτικότητα στη τραυματική κατάσταση.

Η ΣΧΕΣΗ ΤΩΝ ΕΦΗΒΩΝ ΜΕ ΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

Όσον αφορά τη σχέση των εφήβων με το διαδίκτυο, το προφίλ τους είναι μεγάλης αξίας για την επικοινωνία τους.

Η όραση μονοπωλεί σχεδόν το χώρο και αναζητά ερεθίσματα και διεγέρσεις.

Η κατάχρηση του διαδικτύου, αυτής της περιόδου, λειτουργεί ως αντίδοτο στη στέρηση και οδηγεί σε μία πρώιμη ψυχική κατάσταση άμεσης ικανοποίησης καθώς όλα είναι διαθέσιμα οποιαδήποτε στιγμή.

Το διαδίκτυο καθιστά περιττή την ψυχική επεξεργασία και τη σκέψη.

Μέσω αυτού αποσύρονται από την πραγματικότητα και τις σχέσεις καθώς και από την νοηματοδότηση, το συναίσθημα και την ομιλία.

Αυτό που ο έφηβος χρειάζεται είναι μόνο το βλέμμα των συντρόφων και την αίσθηση του “ανήκειν”. Ο δε χώρος καταργείται. Δεν είναι “μολυσμένος”, ούτε διωκτικός, ούτε δεσμευτικός.

Άρα γίνεται « η καλύτερη συνθήκη» επιβίωσης του εφήβου. Δεν δεσμεύεται στη φάση αυτή που δεν το επιθυμεί, δεν απειλείται, ούτε καταδιώκεται από το βλέμμα και την επιθυμία του γονιού, δεν σχετίζεται με την εξωτερική πραγματικότητα, αυτή του κινδύνου μόλυνσης από τον κορωνοϊό.

Στη φάση λοιπόν αυτή που η κοινωνική κατάσταση γίνεται για τον έφηβο άγνωστη και παρανοϊκή, ασταθής και αρνητική, το διαδίκτυο γίνεται άμυνα του απέναντι στο φόβο και στον πανικό.

Προφανώς χρειάζεται να έχουμε στη σκέψη μας ότι η κατάσταση αυτή ενέχει τον κίνδυνο να εγκλωβιστεί ο έφηβος στην σχέση με το διαδίκτυο και στην επόμενη φάση, «όταν αυτό δεν θα είναι πια αναγκαίο».

ΕΦΗΒΟΙ ΜΕ ΝΑΡΚΙΣΣΙΣΤΙΚΑ ΕΛΛΕΙΜΜΑΤΑ

Έφηβοι με ναρκισσιστικά ελλείμματα ή παθολογικό ναρκισσισμό λειτουργούν με σχάση και προβολή των ανοίκειων και ανεπιθύμητων πλευρών τους, αυτών που έχουν αδυναμία να διαχειριστούν. Αυτό οδηγεί σε μία κατάσταση μεταξύ εγωισμού και αυταπάρνης, υπευθυνότητας και ασυνέπειας, εσωστρέφειας και σκέψης για τον άλλον. Έτσι καταφεύγουν στα έντονα βιώματα που προσφέρει η ομάδα, προβάλλοντας και διανέμοντας τα ψυχικά τμήματα, που δεν μπορούν να συγκρατήσουν και να εμπεριέξουν. Άλλοτε καταφεύγουν σε παρεμβάσεις τροποποίησης του σώματος (cutting) η και σκέψεις αυτοκαταστροφής - απόπειρες.

ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ

- Οι γονείς χρειάζεται να δημιουργήσουν μία ατμόσφαιρα αποδοχής και ζεστασιάς για αυτή την κατηγορία των εφήβων, όσο προκλητική και να είναι η στάση τους.
- Η συναισθηματική ατμόσφαιρα (εκφραζόμενο συναίσθημα, ΕΣ) της οικογένειας αποτελεί προγνωστικό δείκτη σε σχέση με την πορεία, και την υποτροπή παθολογικών καταστάσεων.

Η προβλητική ταύτιση (Μ. Κλάιν) σχετίζεται με την έννοια του ΕΣ λειτουργεί αμφίδρομα: είτε η οικογένεια προβάλλει στους έντονους/ διαταραγμένους έφηβους, τα δυσάρεστα συναισθήματα της όπως ενοχή, φόβο, οργή, ματαιώση είτε εκείνοι τα δικά τους ανάλογα συναισθήματα στην οικογένεια, η οποία όμως συχνά δεν είναι ικανή, να τα “εμπεριέξει” και τα «επιστρέφει» στον έφηβο προκαλώντας ακόμη μεγαλύτερη κρίση και υποτροπή.

ΕΠΙΛΟΓΟΣ : Η ΕΠΟΜΕΝΗ ΜΕΡΑ

Αν οι γονείς:

- Κατανοήσουν, επεξεργαστούν τα δικά τους άγχη και δεν τα προβάλλουν στον έφηβο
- γίνουν αυθεντικά ειλικρινείς στο λόγο και το συναίσθημα σε σχέση με την παρούσα πραγματικότητα
- αφεθούν σε διαλόγους αρχίζοντας από το δικό τους βίωμα, το δικό τους συναίσθημα ή τις προσωπικές τους μνήμες, ενθαρρύνοντας έτσι την αλληλεπίδραση
- κρατήσουν τα όρια και τους κανόνες με τη “σύμφωνη γνώμη” των εφήβων
- ελέγξουν την υπερβολή τους, που εισπράττεται σαν καταδίκωση
- μοιραστούν τις οικογενειακές ιστορίες
- παραθέσουν τις επιστημονικές γνώσεις
- λειτουργήσουν σαν ασπίδα στον βομβαρδισμό των ειδήσεων και στην παραπληροφόρηση
- ξαναπαιξουν στο οικογενειακό τραπέζι επιτρέποντας την εικόνα δωματίου–παιχνιδότοπου

Τότε θα καταφέρουν να εμπεριέξουν τα άγχη των εφήβων δημιουργώντας τους το αίσθημα της συλλογικότητας, της ευθύνης, της σταθερότητας και της ασφάλειας απέναντι στον “αόρατο εχθρό”.

Κάθε κρίση μπορεί να φέρει ανάπτυξη και εξέλιξη, ίσως αυτή η κατάσταση να είναι μια εξαιρετική ευκαιρία, να επαναπροσδιοριστούν η αξία της συνεργασίας «κανείς μόνος του στη κρίση», η αξία του «κοινού χώρου», η αξία του «κράτους», η αξία της «οικογένειας».

Ο καθένας θα κληθεί αυτές μέρες να ανακαλύψει εκ νέου, τις ιδιαιτερότητες και διαφορές των άλλων, την συμπληρωματικότητα μέσα από την διαδοχή των γενεών.

Επίσης τις αξίες της συλλογικότητας, της κοινής προσπάθειας, του κοινού αγώνα, της κοινής ευχαρίστησης.

Το πως λοιπόν θα εξελιχθεί μια κρίση, αναπτυξιακά ή καταστροφικά, εξαρτάται από τις ενέργειες όλων μας.