



# ΕΙΣΑΓΩΓΗ

**Σχέση :** οι δεσμοί συνάφειας , ομοιότητας, αναλογίας, ύπαρξης κοινών σημείων

**Φιλία:** η σχέση μεταξύ φίλων, ο δεσμός αμοιβαίας αγάπης, αφοσίωσης και κατανόησης που ενώνει δύο οι περισσότερα μη συγγενικά πρόσωπα

**Εφηβεία:** η περίοδος της ζωής του ανθρώπου , στη διάρκεια της οποίας παρατηρείται η ωρίμανση των γενετικών οργάνων και των δευτερογενών χαρακτηριστικών του φύλου ώστε το άτομο να γίνεται ικανό για αναπαραγωγή

**Οικογένεια :** η ομάδα ανθρώπων που συνδέονται μεταξύ τους με δεσμούς αίματος , γάμου, υιοθεσίας και διαμένουν στην ίδια στέγη

**Έρωτας :** έντονο συναίσθημα έλξης και επιθυμίας μεταξύ δυο προσώπων που χαρακτηρίζονται από πόθο για σεξουαλική επαφή

Υπάρχει ένας άνθρωπος που πιστεύει πως έστω και μία λέξη από τον ορισμό κάθε μία από αυτών των εννοιών ισχύει πραγματικά και βρίσκει βάση στην πραγματική ζωή ? Οι ορισμοί αυτοί είναι τόσο στεγνοί που το μόνο που δεν κάνουν είναι περιγράφουν την πραγματικότητα!! Οι λέξεις αυτές ξεφυλλίζονται

από συναισθήματα που πολλές φορές από εμάς τους ίδιους που τα αισθανόμαστε δεν μπορούμε να τα περιγράψουμε και προφανώς δεν υπάρχει ακριβής ούτε καν ορισμός που να αγγίζει έστω και στο ελάχιστο τις έννοιες όπως έρωτας , φιλία, οικογένεια, εφηβεία και σχέση . Το καλύτερο που έχουμε να κάνουμε είναι να αισθανθούμε βαθύτερα μέσα μας τις έννοιες αυτές και τη σχέση μεταξύ του και όχι να μένουμε στους στεγνούς ορισμούς που άλλοι δημιουργούν για εμάς .

Η εφηβεία από τα βάθη των αιώνων μέχρι σήμερα αποτελεί την πιο γοητευτική ίσως περίοδο της ζωής και έχουμε ως σκοπό να ανακαλύψουμε όση μαγεία κρύβει μέσα της !



## **ΕΡΩΤΑΣ ΜΕΤΑΞΥ ΕΦΗΒΩΝ**

### **ΕΙΣΑΓΩΓΗ**

Χρώματα πολύχρωμα και εκρηκτικά. Έρωτας και μίσος, μελαγχολία, απελπισία. Σκέψεις που ταράζουν το σώμα και το μυαλό. Όνειρα που τροφοδοτούν τον ύπνο. Η εφηβεία από τα βάθη των αιώνων μέχρι σήμερα, αποτελεί την πιο γοητευτική ίσως περίοδο της ζωής.

Έρωτας. Μια λέξη που κυριαρχεί στο λεξιλόγιο των νέων σήμερα, το δικό μας λεξιλόγιο. Οι επιστήμονες την ορίζουν ως: έλξη συνήθως σεξουαλικής φύσεως, παθιασμένη αγάπη για κάτι. Θεωρώ όμως ότι όταν μιλάμε για κάτι τόσο αφηρημένο, μερικές λέξεις μόνο δεν μπορούν να αποδώσουν το περιεχόμενο

ολόκληρης της έννοιας. Όχι, σίγουρα όχι. Κάτι τέτοιο άλλωστε θα ήταν άδικο. Άδικο γιατί είναι σαν να περιορίζουμε κάτι τόσο όμορφο, έντονο και ζωντανό, μονάχα σε μια πρόταση, λες και δεν είναι ένα σωρό συναισθήματα, πράξεις, υποσχέσεις, λάθη, στιγμές και πάθη.

Ο έρωτας στην περίοδο της εφηβείας, λένε πως είναι ο πρώτος έρωτας, γιατί τότε ο άνθρωπος πλέον διαμορφώνει την προσωπικότητά του, και είναι η φάση που από μικρά παιδιά, γινόμαστε ενήλικες. Τότε ωριμάζουμε και αρχίζουμε να βλέπουμε με διαφορετικό μάτι το άλλο φύλο, που μέχρι τώρα συνήθως αγνοούσαμε. Αυτό βέβαια δεν σημαίνει ότι είμαστε ικανοί να εξηγήσουμε όλα τα συναισθήματά μας, άλλωστε ποιος μπορεί; Παρόλα αυτά, το σίγουρο είναι ότι μπορούμε να ερωτευτούμε και με το παραπάνω.



## ΛΑΘΗ

Στην εφηβεία οι νέοι χαρακτηρίζονται από παρορμητικότητα, κυκλοθυμία και την ανάγκη να πειραματιστούν και να αποκτήσουν νέες εμπειρίες. Αυτό είναι απόλυτα φυσιολογικό και μάλιστα μας βοηθάει να δοκιμάσουμε πράγματα τελείως καινούργια και ξένα για τον καθένα μας ξεχωριστά καθώς και να κάνουμε λάθη, πράγμα το οποίο είναι εξίσου επιθυμητό διότι όπως είναι γνωστό, από τα λάθη μαθαίνουμε. Το πρόβλημα είναι ότι όσον αφορά τα ερωτικά λάθη, μπορούν να έχουν άσχημες επιπτώσεις σε έναν έφηβο και σε ψυχολογικό και σε σωματικό επίπεδο. Η εφηβεία είναι μία περίοδος ευαίσθητη συναισθηματικά, καθώς οι

ισορροπίες και ο κίνδυνος, διαχωρίζονται από ένα πολύ λεπτό σκοινί που εύκολα μπορεί να σπάσει.

Ένα χαρακτηριστικό παράδειγμα σε μία σχέση είναι οι βιαστικές αποφάσεις. Οι νέοι έχουν την τάση να αναπτύσσουν σχέσεις ανταγωνισμού μεταξύ τους, είτε υποσυνείδητα είτε συνειδητά. Στην πρώτη περίπτωση συνήθως τίθεται θέμα για ανταγωνισμό ανάμεσα σε φίλους μας. Όταν βρισκόμαστε σε σχέση πολλές φορές συνηθίζουμε να κάνουμε πράγματα βιαστικά μόνο και μόνο επειδή τα έχουν κάνει οι φίλοι μας και γιατί εμείς νιώθουμε ότι πρέπει να ακολουθήσουμε το παράδειγμά τους. Αυτό το άγχος της απόρριψης και η ανασφάλεια που καταβάλλει τους νέους, είναι συχνά η αιτία που μας ωθεί σε πράξεις που αλλιώς θα αποφεύγαμε ή τουλάχιστον θα αφήναμε για αργότερα, και τελικά πράξεις για τις οποίες μετανιώσαμε. Παρόμοια, αρκετές φορές μπορεί να πιέσουμε τον εαυτό μας με σκοπό να γίνουμε κοινωνικά αποδεκτοί από συνομηλίκους μας που τελικά να αποδείχθηκαν και κακές επιρροές.

Δυστυχώς όμως, πολλές φορές μπορούμε να δεχτούμε ψυχολογική πίεση και από τους ίδιους τους συντρόφους μας, τους ανθρώπους που αγαπάμε και κάτι τέτοιο πιθανόν να έχει καταστροφικά αποτελέσματα. Αρκετοί από εμάς μάλιστα προτιμούν οι σύντροφοί τους να είναι μεγαλύτεροι σε ηλικία, ώστε να νιώθουν πιο ώριμοι ή ότι η σχέση τους είναι πιο ασφαλής, κάτι που μπορεί να αποδειχθεί πιο επικίνδυνο αν δεν είναι προσεκτικοί. Το πρόβλημα είναι ότι σε ορισμένες περιπτώσεις μπορεί ο άνθρωπός μας να στραφεί εναντίον μας ή να προσπαθήσει να μας αναγκάσει να κάνουμε πράγματα παρά τη θέλησή μας. Σε αυτό το σημείο πρέπει να αναφερθεί ότι στις σχέσεις κατά την περίοδο της εφηβείας όταν οι νέοι ερωτεύονται πραγματικά, συνήθως αγνοούν τα σημάδια που ολοφάνερα δείχνουν ότι κάτι πάει στραβά, τυφλωμένοι από την αγάπη. Έτσι την ώρα που ο φίλος ή η φίλη μας, ζητήσουν κάτι που μας φαίνεται δυσάρεστο, τότε εμείς υποκύπτουμε. Τι γίνεται όμως όταν οι απαιτήσεις ολοένα και αυξάνονται και βλέποντας την τυφλή υπακοή μας, η βία μπαίνει στο παιχνίδι; Αυτή την στιγμή ο συναγερμός χτυπά, συμβουλευοντάς μας να απομακρυνθούμε όσο το δυνατόν γρηγορότερα. Εκείνοι που αποφασίζουν να υποστούν την επικίνδυνη συμπεριφορά του συντρόφου τους, είναι αυτοί που στο μέλλον θα αντιμετωπίσουν τα περισσότερα προβλήματα.

Η εμπειρία με ένα τέτοιο άρρωστο άτομο είναι σίγουρα από τις χειρότερες. Τα θύματα αν δεν έχουν υποστεί σωματική βία, σίγουρα θα χρειάζονται ψυχολογική

υποστήριξη, διότι όταν πλέον συνειδητοποιούν την τραγικότητα της κατάστασης στην οποία είναι οι ίδιοι παγιδευμένοι, είναι ήδη αργά και το κακό έχει γίνει. Το αποτέλεσμα είναι η ψυχολογία τους να πέφτει κατακόρυφα τόσο εξαιτίας του λάθους τους όσο και για τον σύντροφό που αναγκάστηκαν να αφήσουν πίσω σαν μια θλιβερή ανάμνηση. Σε κάποιες περιπτώσεις ανάλογα με την σοβαρότητα της κατάστασης τα τραύματα από τέτοιες εμπειρίες μένουν για πάντα στο υποσυνείδητο τους και τους είναι εξαιρετικά δύσκολο να ξανά εμπιστευτούν κάποιον. Μερικές φορές μάλιστα, αν το θύμα βρίσκεται σε μια περίοδο σημαντική για την εξέλιξη της ζωής τους, όπως λόγω χάρη των πανελληνίων, κάτι τέτοιο μπορεί να του καταστρέψει τα όνειρα.

## **ΣΥΓΚΡΟΥΣΗ ΜΕ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ**

Στην εφηβεία ένα από τα πιο συχνά ίσως φαινόμενα, είναι οι συγκρούσεις με τους γονείς. Φωνές, πόρτες που κλείνουν με δύναμη, διαφωνίες που καταλήγουν και πάλι σε φωνές, έξαρση θυμού, είναι πράγματα που κάθε γονιός θα βιώσει με το έφηβο παιδί του. Οι αιτίες που προκαλούν τέτοιες αντιδράσεις είναι πολλές και εν μέρει είναι λόγω της ηλικίας, βέβαια υπάρχουν και φορές που μονάχα μια αφορμή αρκεί για να ξεχειλίσει το ποτήρι. Ένας από τους σοβαρότερους λόγους για να ξεσπάσει καβγάς, είναι οι επιλογές των παιδιών που αφορούν τις ερωτικές σχέσεις. Αυτή την περίοδο οι νέοι ψάχνονται και συχνά τους ελκύει το διαφορετικό. Το θέμα είναι ότι πολλοί γονείς δυσκολεύονται να το αποδεχτούν αυτό, είτε επειδή έχουν αφήσει πίσω τους τα νιάτα και τις τρέλες, είτε επειδή απλώς φοβούνται για το παιδί τους. Αυτό δεν σημαίνει ότι πάντα έχουν άδικο, γιατί υπάρχουν φορές που χάρη στην δυσπιστία και στην άρνηση των γονιών, οι νέοι έχουν γλυτώσει από κακές επιρροές και περίεργες καταστάσεις που λειτουργούν σαν ωρολογιακές βόμβες. Από την άλλη πλευρά είναι απαραίτητο στη σχέση μεταξύ γόνων και απογόνων, να υπάρχει εμπιστοσύνη και ειλικρίνεια και πρέπει και οι δύο πλευρές να κατανοήσουν ότι ριψοκίνδυνες καταστάσεις θα υπάρξουν αλλά με μέτρο για να αποφευχθούν πιθανά προβλήματα που στο ερωτικό τομέα θα μπορούσε να είναι: κακές επιρροές, ψυχολογική ή σωματική βία, κατάθλιψη, ανεπιθύμητες εγκυμοσύνες.

## **ΟΤΑΝ Η ΦΙΛΙΑ ΓΙΝΕΤΑΙ ΕΡΩΤΑΣ**

Η φιλία είναι άλλος ένας τομέας εξαιρετικά σημαντικός για όλους. Ιδιαίτερα όσον αφορά τους εφήβους είναι απαραίτητος. Είναι περισσότερο κάτι σαν αξία, σαν υπόσχεση και αδελφική αγάπη. Την περίοδο της παιδικής μας ηλικίας, οι φίλιες που σχηματίζονται συνηθέστερα είναι ανάμεσα σε άτομα του ίδιου φύλου. Παρόλα αυτά όσο μεγαλώνουμε τόσο πιο κοντά ερχόμαστε και με το αντίθετο φύλο και όσο ωριμάζουμε μας είναι ευκολότερο να συνάψουμε φιλικές σχέσεις μαζί τους. Η αλήθεια είναι ότι μία τέτοια φιλία μπορεί να γίνει πολύ ξεχωριστή και μάλιστα σε αρκετές περιπτώσεις μπορεί τελικά να ξεσπάσει η φλόγα του έρωτα. Τότε δεν υπάρχει αμφιβολία ότι πρόκειται για ισχυρή και έντονη σχέση με μέλλον. Και αυτό γιατί; Η απάντηση σε αυτό το ερώτημα είναι απλή. Όταν δύο άνθρωποι είναι κολλητοί φίλοι, ξέρουν σχεδόν τα πάντα ο ένας για τον άλλον, μυστικά, συνήθειες, προτιμήσεις και γενικά είναι πιο εύκολο να κουμαντάρουν τον χαρακτήρα του συντρόφου τους ώστε να αποφύγουν συγκρούσεις αλλά και να τον εκπλήξουν ευχάριστα, χτίζοντας έτσι τα θεμέλια για μια συναρπαστική σχέση.

## **ΟΜΟΦΥΛΟΦΙΛΙΑ**

Ο έρωτας όπως είναι γνωστό δεν αναπτύσσεται μόνο σε διαφορετικά φύλλα. Μπορεί η φυσική να λέει ότι τα ετερόνυμα έλκονται και τα ομόνυμα απωθούνται αλλά ο έρωτας όλα τα καταρρίπτει. Προκαταλήψεις, στερεότυπα, ακόμα και τους νόμους της φύσης. Η ομοφυλοφιλία, όπως ονομάζεται η ερωτική έλξη μεταξύ ατόμων του ίδιου φύλου, είναι μία στάση που αρκετές φορές και ιδιαίτερα στο παρελθόν έχει προκαλέσει αντιδράσεις. Κάποιοι υποστηρίζουν ότι η ομοφυλοφιλία δεν βασίζεται σε πραγματική αγάπη αλλά στις ιδιοτροπίες των ανθρώπων, ενώ άλλοι το χλευάζουν και το θεωρούν ντροπή. Κι όμως κανείς τους δεν έχει δίκιο. Φυσικά ο καθένας μας έχει την προσωπική του άποψη αλλά η γνώμη μας είναι για τον εαυτό μας και αν υπάρχει υπόνοια ότι μετατρέπεται σε μορφή ρατσισμού, παύει να είναι άποψη και γίνεται παραβίαση των προσωπικών δικαιωμάτων. Οι ομοφυλόφιλοι πρέπει να σταματήσουν να αποτελούν στόχο και η κοινωνία καλό θα ήταν να τους αποδεχτεί γιατί δεν διαφέρουν σε απολύτως τίποτα από εμάς τους υπόλοιπους. Όλοι μας έχουμε τις δικές μας προσωπικές προτιμήσεις σε ποικιλία ζητημάτων. Οι ομοφυλοφιλικές σχέσεις έχουν το ίδιο πάθος, την ίδια ένταση και είναι το ίδιο πραγματικές με τις άλλες.

## Οικογενειακές Σχέσεις



Πολλοί νομίζουν πως να είσαι μέλος μιας οικογένειας είναι κάτι απλό... Απλοί όμως δεν είναι οι καυγάδες για την έξοδο του Σαββάτου και πόσο χρειάζεται να διαβάζουμε για να περάσουμε σε κάποια σχολή που οι γονείς θεωρούν αξιόλογη... Ας εξετάσουμε λοιπόν το θέμα αυτό , των οικογενειακών σχέσεων , επιτέλους και από την πλευρά των εφήβων!

Συχνά οι γονείς πληγώνονται, ανησυχούν, αγωνιούν, στενοχωριούνται ή προβληματίζονται καθώς δεν ξέρουν πώς να συμπεριφερθούν. Για ακόμα μια φορά, η αγάπη και το ένστικτο τους θα πρέπει να τους οδηγήσει στις σωστές επιλογές. Πρέπει να είναι παρόντες στη ζωή του εφήβου, αλλά με άλλο τρόπο, πρέπει να αποδεχτούν τις αλλαγές και τη νέα συμπεριφορά του παιδιού τους, που συχνά τους ξαφνιάζει ή τους δυσαρεστεί.

Οι οικογενειακές σχέσεις, στην εφηβεία, για άλλη μια φορά αλλάζουν και πρέπει όλοι να εξελιχθούν ταυτόχρονα, ώστε η μετάβαση να είναι όσο το δυνατόν περισσότερο ομαλή. Οι γονείς και ιδιαίτερα οι μητέρες, δε μπορούν εύκολα να πάψουν να προστατεύουν τα παιδιά τους, τα οποία θεωρούν πολλές φορές «δικά τους».

Όμως και εμείς οι έφηβοι δεν εκφράζουμε ξεκάθαρα τις ανάγκες μας .Οι πράξεις και τα λόγια μας άλλοτε είναι αντιληπτά και άλλοτε μπερδεύουν τους γονείς μας γεγονός που οφείλεται στη μετάβαση από την ανωριμότητα στην ωριμότητα και από την ανευθυνότητα στην υπευθυνότητα. Επειδή αυτά δε

γίνονται μέσα σε μια μέρα, αλλά σταδιακά, πολύ συχνά οι γονείς δεν το αναγνωρίζουν. Έτσι, δημιουργούνται οι γνωστές κόντρες, οι διαπληκτισμοί και οι προστριβές.

Η αλήθεια είναι πως έχουν και οι γονείς ανάγκες που σίγουρα, μέχρι ένα βαθμό, θα καταπιέσουν στην περίοδο της εφηβείας του παιδιού. Από την ανάγκη για προσωπικό χρόνο, μέχρι την ανάγκη τους για τρυφερότητα από τα παιδιά τους, θα πρέπει να θυμόμαστε ότι όλοι οι τομείς επηρεάζονται αυτή την περίοδο.

Αλλά ας αναρωτηθούμε πως τα αντιμετωπίζουν όλα αυτά οι έφηβοι και στα ξαφνικά από τη μία μέρα στην άλλη αναλαμβάνουν ευθύνες και όλα στη ζωή τους αλλάζουν ριζικά. Αρχικά το σώμα τους παίρνει μια διαφορετική μορφή λόγω της ηλικίας που τους φαίνεται πολλές φορές παράξενη και τους προβληματίζει. Στην εφηβεία οι νέοι αρχίζουν να προσεγγίζουν το αντίθετο φύλο περιορίζοντας την αγάπη και το ενδιαφέρον τους για την οικογένειά τους. Ενδιαφέρονται περισσότερο για την εξωτερική τους εμφάνιση και πολλές φορές το ζήτημα αυτό αποτελεί και θέμα συγκρούσεων κυρίως σε σχέση με τα κορίτσια. Αυτή την περίοδο οι νέοι δοκιμάζουν καινούργια πράγματα

Οι νέοι πια σε αυτή την ηλικία δεν νιώθουν άνετα να συζητήσουν με τους γονείς τους για τα ζητήματα που τους απασχολούν και αυτό είναι απολύτως λογικό εφόσον πλέον θεωρούν τους φίλους τους πιο σημαντικούς ακροατές που μπορούν να τους ακούσουν και να μη φοβούνται για την αντίδραση τους και βεβαίως να τους συμβουλέψουν και πολλές φορές από τις δικές τους εμπειρίες. Είναι στιγμές όμως που μπορεί οι έφηβοι να φοβούνται την αντίδραση των γονέων τους αφού του θεωρούν μεγάλους και όχι ενημερωμένους για όσα συμβαίνουν...

Η επικοινωνία είναι κατ' αυτό τον τρόπο ένα συνεχές παιχνίδι με μανούβρες και παρεξηγήσεις, συγκρούσεις και ευτυχισμένες στιγμές. Η αγάπη και η προσπάθεια είναι καλοί οδηγοί στην αναζήτηση της ισορροπίας με τον εαυτό μας και της χαράς μέσα στις σχέσεις.

Ας δούμε όμως και τα θετικά στοιχεία από τις σχέσεις των νέων με την οικογένεια που στην τελική αυτά έχουν σημασία και βαρύτητα στη ζωή όλων και στους νέους ακόμα και αν το καταλαβαίνουν αργότερα όσο περνούν τα χρόνια. Υπάρχουν στιγμές που τα πράγματα παρεκτρέπονται και ο έφηβος ή οι γονείς του αισθάνονται πως δεν μπορούν να τα βγάλουν πέρα. Όμως τόσο οι έφηβοι όσο και



οι γονείς πρέπει να κάνουν την υπέρβαση και να αγωνιστούν για μια υγιή σχέση που θα τους συνοδεύει σε όλη τους τη ζωή.

Όταν κάποιος βρίσκεται σε θυμό, οργή αναρωτιόμαστε αρχικά τι τον έφτασε σε αυτό το σημείο. Μερικές φορές όσον αφορά στις εκρήξεις των παιδιών ευθύνονται οι γονείς για πολλούς και διαφορετικούς λόγους. Πίεση, υποτίμηση, απόρριψη, υπερπροστασία (που σημαίνει υπερβολικός έλεγχος και/η παρέμβαση). Όποιος και αν έχει δίκαιο ή άδικο όταν κάποιος βρίσκεται σε έκρηξη δεν μπορεί να υπάρξει θετική μορφή επικοινωνίας. Όλα μπορούν να συζητηθούν και να βρεθούν τα αίτια της έκρηξης αλλά και οι λύσεις στα προβλήματα όταν τα πνεύματα έχουν ηρεμήσει.

Αρχικά όσον αφορά τους γονείς πρέπει να αντιληφθούν πως το παιδί τους έχει μεγαλώσει και είναι πλέον σε θέση να αναλάβει τις ευθύνες που του αναλογούν και να του αφήνουν τον κατάλληλο χώρο και χρόνο ώστε αν κάνει κάποιο λάθος να μπορεί να το αντιληφθεί και να καταλάβει το λόγο και τι τον ώθησε σε αυτή την απόφαση. Αυτό θα ήταν ένα σπουδαίο βήμα τόσο για τον έφηβο που πλέον έχει ωριμάσει και έχει γνώση των πράξεων του όσο και για τους γονείς που δείχνουν να του έχουν εμπιστοσύνη και να τον νοιάζονται πραγματικά και σε βάθος.

Όμως και οι νέοι για να έχουν μια υγιή και ευχάριστη σχέση με τους γονείς τους με αμοιβαίες υποχωρήσεις θα ήταν καλό να ακολουθήσετε τις παρακάτω συμβουλές:

1. Συζητήστε και λύστε τις διαφορές σας με σεβασμό άλλωστε οι φωνές και οι καυγάδες δε θα βοηθήσουν και αντίθετα θα δημιουργήσουν ακόμα περισσότερα προβλήματα
2. Να έχετε τη θέληση να ακούσετε και τη γνώμη των γονιών
3. Παραμείνετε ήρεμοι (το καλύτερο που έχετε να κάνετε!)
4. Μην είστε κατηγορηματικοί
5. Να παραμένετε στο θέμα
6. Πάρτε το από στρατηγικής απόψεως, προσπαθήστε να δουλέψετε τα ζητήματα σας μαζί

τους σκεπτόμενοι τους σκοπούς σας από κοινού και πως αυτό θα το καταφέρετε.

7. Μην κάνετε συγκρίσεις με άλλα παιδιά διότι σε άλλες περιπτώσεις μπορεί να μην σας συμφέρει

Όλα αυτά θα δημιουργήσουν ένα ευχάριστο κλίμα ανάμεσα σε εσάς και τους γονείς σας με αποτέλεσμα να είναι πιο ανοιχτοί στις προτάσεις σας και να μην αντιδρούν γρήγορα και πολλές φορές αρνητικά σε αυτές.



## ΦΙΛΙΑ

### 1. ΚΟΡΙΤΣΙΑ

Η φιλία ανάμεσα στα κορίτσια είναι ιδιαίτερα δύσκολη κατά τη διάρκεια της εφηβικής ηλικίας. Αυτό συμβαίνει κυρίως λόγω του ότι οι έφηβοι την περίοδο εκείνη αλλάζουν και έχουν πολλές φορές νεύρα για ασήμαντους λόγους και σε ορισμένες περιπτώσεις ανύπαρκτους. Αυτό, όμως, κυρίως τα κορίτσια δεν μπορούν να το ελέγξουν τόσο εύκολα και να αντιληφθούν τα λάθη τους. Για αυτό το λόγο είναι αρκετά δύσκολο την περίοδο εκείνη της εφηβείας τα κορίτσια λόγω και των ορμονών να καταφέρουν να κρατήσουν σταθερές τις σχέσεις τους.

Αυτό δε σημαίνει όμως πως τα κορίτσια μεταξύ τους δεν αναπτύσσουν ένα μοναδικό δεσμό λόγω και των δυσκολιών που αντιμετωπίζουν αλλά και των πολλών και αξέχαστων στιγμών που μοιράζονται. Η κολλητή ή οι κολλητές μας είναι η οικογένεια που επιλέγουμε για αυτό μάλλον είναι και τόσο δύσκολο να καταλάβουμε αν μια κοπέλα είναι πραγματικά εκείνη που χρειαζόμαστε δίπλα μας τόσο στη χαρά όσο και στη λύπη. Αν υπάρχει μια υγιής σχέση ανάμεσα στα κορίτσια πραγματικά μπορεί να δεθούν, και όπως φαίνεται και από δικές μου προσωπικές εμπειρίες χρειάζεται αρκετός χρόνος για μια κοπέλα να καταλάβει ποιες είναι οι κολλητές που θέλει να περνά την μέρα της μαζί τους και να μοιράζεται και τις δύσκολες και τις ευχάριστες στιγμές της και ποιες απλά έχει ως φίλες με τις οποίες επίσης περνά χρόνο ευχάριστο αλλά δεν έχει την ίδια οικειότητα ώστε να μιλήσει και για πράγματα που την απασχολούν πραγματικά !

Οι σχέσεις αυτές μπορεί , όπως και όλες οι σχέσεις , να έχουν επιρροή στο άτομο τόσο θετική όσο και αρνητική. Αρχικά ξεκινώντας από τις αρνητικές επιρροές θα ήθελα να τονίσω τη επίδραση των απλών φίλων ,όχι απαραίτητα των πιο στενών, που συχνά με τις ιστορίες τους έχουν ως βασικό στόχο να εντυπωσιάσουν και έτσι δε μιλούν και για τα αρνητικά της πράξης τους .Με αυτό τον τρόπο οι κοπέλες επηρεάζονται εφόσον βλέπουν το θέμα αυτό μόνο από μία οπτική γωνία και δεν μπορούν ,τελικά, να έχουν μια ολοκληρωμένη άποψη ώστε να καταλάβουν αν συμφωνούν ή διαφωνούν. Πολλές κοπέλες δεν το συζητούν περισσότερο και μάλιστα αν το ακούσουν από περισσότερες κοπέλες υπάρχει μεγάλη πιθανότητα να προβούν σε αυτή την πράξη δίχως δεύτερη σκέψη .Η συναναστροφή όμως με έναν άνθρωπο μπορεί να επηρεάσει όχι μόνο τις πράξεις ,όπως αναφέραμε προηγουμένως, αλλά και την ίδια μας τη συμπεριφορά. Αρχικά, αν κάνουμε παρέα με μια κοπέλα που χρησιμοποιεί αρκετά συχνά υβρεολόγιο επηρεαζόμαστε και οι ίδιοι και σαν λογική συνέχεια το χρησιμοποιούμε και εμείς. Επίσης αν το άτομο δεν σέβεται την οικογένεια του ή ακόμα και τους φίλους του και τους προσβάλλει αντίστοιχα και εμείς μπορεί να επηρεαστούμε. Όλα αυτά όμως ισχύουν για όλες τις φιλικές σχέσεις κατά τη διάρκεια της εφηβείας τόσο των κοριτσιών μεταξύ τους όσο και των αγοριών αντίστοιχα.

Υπάρχουν όμως προφανώς και θετικές επιρροές που μπορούμε να δεχτούμε από τις φίλες μας . Εδώ θα αναφέρω περισσότερο τις πιο στενές φίλες οι οποίες έχουν πιο άμεση θετική επίδραση. Με την ανταλλαγή απόψεων και τη συζήτηση με τις κολλητές μας μπορούμε μάθουμε πράγματα που ούτε καν δεν είχαμε

σκεφτεί και αυτό είναι πολύ σημαντικό διότι κατά τη διάρκεια της εφηβείας απομακρυνόμαστε αρκετά με την οικογένεια και κυρίως τους γονείς μας και δε νιώθουμε άνετα να συζητήσουμε θέματα που μας απασχολούν γιατί θεωρούμε πως δε θα μας καταλάβουν και είναι και απόλυτα λογικό να μη νιώθουμε άνετα απέναντι τους και έτσι να μη μπορούμε να μιλήσουμε για θέματα που ανάμεσα στους νέους συζητούνται καθημερινά.

## **ΑΓΟΡΙΑ**

Η αλήθεια είναι πως πολλά πράγματα για τις φιλίες ανάμεσα στα αγόρια είναι δύσκολο να εξηγηθούν .Πιστεύω πως και αυτές οι σχέσεις είναι αρκετά περίπλοκες και τα αγόρια μεταξύ τους επηρεάζονται περισσότερο από ότι τα κορίτσια αντίστοιχα μεταξύ τους. Η γνώμη μου είναι πως ότι ανέφερα για τα κορίτσια σε σχέση με τη επίδραση των φίλων μεταξύ τους ισχύουν και για τα αγόρια απλά τα αγόρια επηρεάζονται μεταξύ τους κυρίως αρνητικά και προσπαθούν τις περισσότερες να μιμηθούν αυτό που θα τους κάνει να φαίνονται πιο προχωρημένοι. Ουσιαστικά αυτό που θέλω να πω είναι ότι στη ουσία τα αγόρια επηρεάζονται πολύ από τους φίλους τους διότι στη διάρκεια της εφηβείας ορισμένα αγόρια δεν είναι τόσο ώριμα ώστε να είναι ευάλωτα και απερίσκεπτα.

Προφανώς υπάρχουν δυσκολίες ανάμεσα στις σχέσεις αυτές όπως ανταγωνισμός στα αθλήματα , πολλή ενέργεια και με το παραμικρό ερέθισμα αντιδρούν πολλές φορές δίχως όριο. Επίσης πολλές φορές δυο αγόρια μπορεί να ερωτευτούν την ίδια κοπέλα και ο ανταγωνισμός να τους κάνει να θολώσουν και να καταστρέψουν ακόμα και μια φιλία πολλών χρόνων δίχως πολλές φορές να σκεφτούν αν πραγματικά αξίζει κάτι που ισχύει αντίστοιχα και για τις κοπέλες .Στα αγόρια ,στις μέρες μας, είναι πιο έντονη και η παρουσία της χρήσης ουσιών διότι μπορεί ένας να ξεκινά τη χρήση επειδή βρίσκεται σε μια δύσκολη φάση της ζωής του ή και ακόμα επειδή έχει περιέργειά να μάθει και στη συνέχεια αναφέροντας τις εμπειρίες του στους φίλους του να το θεωρήσουν και εκείνοι σαν πρόκληση .Το πρόβλημα όμως παρουσιάζεται αργότερα όταν, λόγω της ανωριμότητας της ηλικίας, οι νέοι τελικά εθιστούν και πριν καν το καταλάβουν έχουν οδηγηθεί σε ένα φαύλο κύκλο.

Φυσικά τα αγόρια μπορεί να ωφεληθούν ιδιαίτερος από τη σχέση τους με τους συνομήλικους τους και να μοιραστούν τα προβλήματα που τους απασχολούν αντιμετωπίζοντας τα με μεγαλύτερη ευκολία. Επίσης δημιουργούν φίλιες που μπορεί να κρατήσουν χρόνια και να τους συνοδεύσουν τόσο σε δύσκολες όσο και σε ευχάριστες καταστάσεις. Τα αγόρια εμπιστεύονται πιο εύκολα ο ένας τον άλλον και συζητούν με ευκολία τα προσωπικά τους ζητήματα Αυτό συμβαίνει κυρίως διότι στις σχέσεις τους όλα είναι πιο ειλικρινά και ο ένας δεν έχει ως σκοπό να μιλήσει άσχημα για τον άλλον πίσω από την πλάτη του επειδή τις περισσότερες φορές τα αγόρια προτιμούν να μην τονίσουν το μειονέκτημα κάποιου φίλου τους ή αν είναι το λένε σε εκείνον χωρίς κακία, με σκοπό τη βελτίωση του.

Είναι φυσικό, λοιπόν, όπως όλες οι σχέσεις να έχουν τα θετικά και τα αρνητικά τους και αυτό οι νέοι δεν είναι τόσο ευχάριστο όχι να το αντιληφθούν από μια τόσο νεαρή ηλικία γιατί μπορεί αργότερα να αντιμετωπίζουν τους φίλους τους με καχυποψία και να μην είναι ανοιχτοί σε αυτούς. Έτσι πρέπει οι ίδιοι οι νέοι να καταλάβουν από τα λάθη τους και τις δικές τους εμπειρίες αν μια φίλια πραγματικά αξίζει ή όχι . Αλλά το σημαντικότερο είναι πως κανένας δεν πρέπει να του επιδείξει τι είναι σωστό και τι λάθος σε μια φίλια διότι ανακαλύπτοντας τον εσωτερικό του κόσμο ,και μόνο τότε ,θα μπορεί να κρίνει τους φίλους και τις αποφάσεις του σε σχέση με αυτούς. Η διαδικασία αυτή δεν πρόκειται να αλλάξει διότι όσες υποδείξεις και αν λάβει ένας νέος στο τέλος θα κάνει αυτό που πιστεύει και αυτό που στο τέλος τέλος είναι το καλύτερο για εκείνον γιατί αυτό αποτελεί και βασικό στοιχείο των νέων, ο αυθορμητισμός !!

Έτσι θα προσπαθούμε να γνωρίζουμε καλά τους ανθρώπους που εμπιστευόμαστε γιατί σε αυτούς καταφεύγουμε αν κάτι μας προβληματίζει ή μας απασχολεί και αυτοί άλλωστε θα είναι κοντά μας όταν θα υπάρξουν στιγμές απομάκρυνσης από την οικογένεια μας γιατί οι φίλοι μας είναι η οικογένεια που επιλέγουμε , και όσο δύσκολη και αν είναι η επιλογή των μελών της είναι από τα πιο ευχάριστα ταξίδια της ζωής μας! Ας βάλουμε τον καλύτερο εαυτό ώστε εκτός από την δική μας οικογένεια να είμαστε και μέλη εκείνων που δημιουργούν οι φίλοι μας διότι πρώτα εμείς πρέπει να δείξουμε ότι αξίζουμε και τη δική τους εμπιστοσύνη αντίστοιχα

Μπορούν όμως όλα αυτά να αλλάξουν τόσο εύκολα όσο οι άλλοι θεωρούν και οι σχέσεις να είναι ιδανικές ;Η απάντηση είναι σίγουρα όχι και πολλοί από

αυτούς που θεωρούν το αντίθετο σίγουρα έχουν ξεχάσει ή και εκούσια έχουν καταχωνιασμένη σε κάποιο ξεχασμένο συρτάρι την εφηβική τους ηλικία.

