



Η εφηβεία του παιδιού είναι μια περίοδος κρίσης για το ίδιο και ταυτόχρονα για όλη την οικογένεια. Η περίοδος της εφηβείας είναι το διάστημα των 6-7 χρόνων ανάμεσα στην παιδική ηλικία που χαρακτηρίζεται από ανευθυνότητα και εξάρτηση από τους γονείς και στην ενηλικίωση που χαρακτηρίζεται από υπευθυνότητα για τις πράξεις μας και ανεξαρτησία από το οικογενειακό περιβάλλον. Η εφηβεία αποτελεί την λιγότερο οριοθετημένη φάση της ζωής και ένα μεταβατικό στάδιο στην εξέλιξή της.

Η ενηλικίωση προσεγγίζεται σιγά – σιγά, με μικρά περιστατικά, και συχνά δημιουργείται διαφωνία για τη φάση εξέλιξης στην οποία βρίσκεται το παιδί και συνεπώς για τις υποχρεώσεις και τα δικαιώματά του. Η εφηβεία χαρακτηρίζεται από τεράστιες βιολογικές και ψυχολογικές αλλαγές, καθώς και την προσπάθεια του εφήβου να προσαρμοστεί σ' αυτές. Η κατάσταση επιτείνεται από τη σημερινή κατάσταση της κοινωνίας, που χαρακτηρίζεται από ραγδαίες μεταβολές, ανασφάλεια και κρίση αρχών και αξιών. Θα λέγαμε πως η εφηβεία έχει την αρχή της στη βιολογία και το τέλος της στον πολιτισμό. Συνηθισμένες ανησυχίες που κατακλύζουν τον έφηβο αφορούν τις σωματικές αλλαγές που του συμβαίνουν, τις σπουδές του και το μέλλον του, τις σχέσεις του με τους γονείς, με τους συνομηλίκους του, με το άλλο φύλο και με τον εαυτό του. Οι βασικές ανάγκες του εφήβου είναι η διαμόρφωση της ταυτότητάς του και η κοινωνικοποίησή του, δηλαδή η ένταξή του στο κοινωνικό περιβάλλον. Στην περίοδο αυτή, η κύρια ομάδα επιρροής του εφήβου είναι η ομάδα των συνομηλίκων του.

Τα χαρακτηριστικά της εφηβείας είναι ο εγωκεντρισμός (Αυτό θέλω και πρέπει να γίνει), η αυτοαπορρόφηση (Εγώ και κανένας άλλος), η ανησυχία για τις σωματικές του μεταβολές (Γιατί δεν χρειάζομαι ακόμη ξύρισμα;), η αίσθηση απώλειας ελέγχου (Γιατί συμβαίνει αυτό;), το άγχος και η αγωνία (Αξιζω; Θα τα καταφέρω;), η ανησυχία για τη γνώμη των άλλων (Είμαι αρκετά όμορφη;), η σύγκριση του πραγματικού εαυτού με έναν ιδανικό εαυτό (Πόσο μοιάζω με τον μεγάλο ποδοσφαιριστή που θαυμάζω;), οι δοκιμές ρόλων και ιδεολογίας (πχ ο «σκληρός»). Όπως είναι φυσικό, οι διαδικασίες αυτές συνοδεύονται από λάθη που δημιουργούν αίσθηση κενού, θλίψη και μερικές φορές απόγνωση. Η θλίψη και η απόγνωση, που κάποτε κατακλύζουν τον έφηβο, είναι μέσα στις αναμενόμενες αντιδράσεις. Ας μην ξεχνάμε ότι η εφηβεία είναι από τη φύση της μια περίοδος απώλειας, απώλειας της ανεμελιάς και της παιδικότητας.

Όταν το άτομο βρίσκεται σε μεγάλη πίεση, καταφεύγει σε διάφορες συμπεριφορές που είναι γνωστές ως μηχανισμοί άμυνας. Τέτοιες συμπεριφορές είναι: η απομόνωση ή ονειροπόληση (Ο έφηβος κλειδαμπαρώνεται στο δωμάτιό του. Αφήστε τον!), η άρνηση (Ο έφηβος αρρωσταίνει για να αποφύγει το δύσκολο διαγώνισμα ή αναβάλλει τις υποχρεώσεις του), η προβολή (Αποδίδει στους άλλους τον θυμό ή την αντιπάθεια που αισθάνεται ο ίδιος γι' αυτούς, πχ Ο Τάδε καθηγητής δε με χωνεύει), η μετάθεση (Τα βάζει με τους γονείς του επειδή δεν μπόρεσε να αντεπεξέλθει σε μια δύσκολη κατάσταση στο σχολείο), η εκλογίκευση (Κατασκευάζει θεωρίες σύμφωνα με τη δική του λογική για να αντιμετωπίσει τις καταστάσεις), η μετουσίωση (Ποιος έφηβος δεν έχει γράψει ποιήματα ή ημερολόγιο, δεν έχει ζωγραφίσει ή δεν έχει "ταλαιπωρήσει" κάποιο μουσικό όργανο;).

Οι μηχανισμοί άμυνας είναι καλοί ή κακοί; Ρωτούν συνήθως οι γονείς. Η απάντηση είναι πως οι μηχανισμοί άμυνας δεν είναι από τη φύση τους ούτε καλοί ούτε κακοί. Ο χαρακτηρισμός αυτός εξαρτάται από τη συχνότητα, την ένταση και τη διάρκεια με την οποία παρουσιάζονται. Για παράδειγμα, είναι φυσικό ο έφηβος να κάνει «κοπάνα» με τους φίλους του για να αποφύγει μια δύσκολη μέρα στο σχολείο μια ή δυο φορές το χρόνο αλλά όχι κατ' επανάληψη. Είναι αποδεκτό να ξεσπάσει μια φορά πάνω στον μικρό του αδελφό γιατί μάλωσε με το φίλο του στο σχολείο, αρκεί να μην ξεπεράσει κάποια όρια. Από την άλλη μεριά, οι μηχανισμοί άμυνας εκτονώνουν τη συσσωρευμένη ένταση και δρουν προστατευτικά στην ψυχική υγεία του εφήβου.

Όπως κανένας άνθρωπος δεν είναι ίδιος με τον άλλον, έτσι και κάθε παιδί περνά την εφηβεία του με διαφορετικό τρόπο. Κάποια φαινόμενα της εφηβείας εκφράζονται με πολύ διαφορετικό τρόπο σε διαφορετικούς εφήβους, οπότε και η ενδεικνυόμενη συμπεριφορά των γονιών χρειάζεται να προσαρμόζεται στις συγκεκριμένες συνθήκες. Στα πλαίσια ενός άρθρου μπορούν να δοθούν μόνο πολύ γενικές περιγραφές των φαινομένων της εφηβείας και πολύ γενικές κατευθυντήριες γραμμές για την αντιμετώπισή τους.