



«Συνάξεις Γονέων»

Διάλεξις Ε' - 30ῆ Ἰανουαρίου 2017 ἐκ. ἡμ.

«Προσεγγίζοντας μετέχνη τούς ἐφήβους»

Λεωνίδα Κωλέττης

Καθηγητής-Συγγραφέας-Θεολόγος-Ψυχολόγος

Τὸ πρόβλημα πὸν συνειδητοποιοῦν οἱ εἰδικοί τῆς ψυχικῆς ὑγείας σήμερα εἶναι, ὅτι μιλώντας γιὰ ἐφηβεία, δὲν ἔχουμε νὰ κάνουμε μόνο μετὰ τὰ χαρακτηριστικά μιᾶς ἡλικιακῆς περιόδου τοῦ ἀνθρώπου, ἀλλὰ καὶ μετὰ τὴν διαχείριση τῆς σχέσης ἀνάμεσα σὲ νέους καὶ μεγάλους.

Δὲν ἀρκεῖ, δηλαδή, νὰ ἀντιμετωπίζουμε τοὺς ἐφήβους μετὰ συγκεκριμένα θεωρητικά στερεότυπα, τὰ ὁποῖα προσπαθοῦμε νὰ κατανοήσουμε καὶ μετὰ αὐτὰ τὰ δεδομένα νὰ ἐξηγοῦμε τὴν συμπεριφορὰ τους.

Ὅφείλουμε νὰ χρησιμοποιήσουμε μεθόδους πὸν μᾶς βοηθοῦν νὰ βελτιώνουμε συνεχῶς τὶς σχέσεις μας μετὰ τοὺς ἐφήβους καὶ νὰ κάνουμε ἀλλαγές πὸν ὀδηγοῦν σὲ ἄμεση στήριξη καὶ καθοδήγηση καὶ σὲ δημιουργικότερη γνωριμία μετὰ τὸν κόσμον τους.

Οἱ τεχνικὲς πὸν θὰ ἀναφέρουμε ὀνομάζονται **Ὀικο-Συστημικὲς** καὶ στηρίζονται στὴν Συστημικὴ ἀντίληψη τῶν ἀνθρωπίνων σχέσεων καὶ στὴν ἀλληλεπίδραση τῶν ρόλων στὰ μικρὰ καὶ μεγάλα συστήματα μέσα στὴν κοινωνία, ὅπως ἡ οἰκογένεια, τὸ σχολεῖο, οἱ μικρὲς καὶ οἱ μεγάλες ὀμάδες ἀνθρώπων κ.ἄ.

Στόχος τῶν τεχνικῶν αὐτῶν εἶναι ἡ παρατήρηση καὶ ἡ βελτίωση τῶν σχέσεων καὶ τῶν ρόλων τῶν προσώπων.

Οἱ τεχνικὲς αὐτὲς δὲν ἐμμένουν στὴν αἰτιοκρατικὴ ἀντίληψη τῶν πραγμάτων, ἀλλὰ προωθοῦν τὴν ἀλλαγὴ στὴν ὀπτικὴ γωνία θέασης τῶν καθημερινῶν θεμάτων στὴν ζωὴ καὶ τὶς ἀνθρώπινες σχέσεις.

(Ἀναλυτικὰ στό: Προβλήματα Συμπεριφορᾶς στὸ σχολεῖο - Οἰκοσυστημικὴ Προσέγγιση, Α. MOLNAR - Β. LINDQUIST - Ἐπιμέλεια Α. Καλαντζῆ-Αζίζι, ἐκδ. Ἑλληνικά Γράμματα, Συμβουλευτικὴ Ψυχολογία 3).

Ἡ τεχνικὴ τῆς Θετικῆς Αναπλαισίωσης

Αὐτὴ ἡ διαδικασία ἀποτελεῖ ἕναν ἀποτελεσματικὸ τρόπο προώθησης μιᾶς ἀλλαγῆς, μὲ τὸ νὰ δίνει διαφορετικὸ νόημα καὶ σημασία σὲ συμπεριφορὰς τοῦ ἐφήβου, τὶς ὁποῖες ἴσως νὰ ἀπορρίπταμε.

Πιὸ συγκεκριμένα, στὸ πλαίσιο τῆς θετικῆς ἀναπλαισίωσης, διαμορφώνουμε μία ἄλλη καὶ μάλιστα θετικὴ ἐρμηνεία τῆς ἀνεπιθύμητης ἐφηβικῆς συμπεριφορᾶς καὶ ἀποφασίζουμε νὰ δράσουμε μὲ βάση αὐτή.

Γιὰ παράδειγμα, ἂν ὁ γονιὸς ἐρμηνεύσει τὴν συμπεριφορὰ τοῦ παιδιοῦ του, πού τὸν ἀμφισβητεῖ, ὄχι ὡς ἔλλειψη σεβασμοῦ στὸ πρόσωπό του, ἀλλὰ ὡς προσωπικὴ ἀνάγκη τοῦ παιδιοῦ νὰ τὸ προσέξει περισσότερο καὶ νὰ ἀκούσει τὶς δικές του ἐφηβικὲς ἀπόψεις καὶ ἀνησυχίες, τότε ὁ γονιὸς μπορεῖ νὰ ἀποφύγει τὴν σύγκρουση μαζί του καὶ νὰ δημιουργήσει κλίμα πού εὐνοεῖ τὸν διάλογο.

Ἡ τεχνικὴ τῆς Αναζήτησης Θετικῶν κινήτρων

Όταν ἀποδίδουμε ἕνα κίνητρο στὴν συμπεριφορὰ ἑνὸς ἀτόμου, αὐτὸ οδηγεῖ στὴν ἐπιλογή μιᾶς ὑποθετικῆς ἐρμηνείας τῆς συμπεριφορᾶς καὶ τῆς δράσης τοῦ ἀτόμου, ἀνάμεσα σὲ πολλές ἄλλες ἐρμηνεῖες πού θὰ μπορούσαμε νὰ διατυπώσουμε.

Τὶς περισσότερες φορὲς τὰ κίνητρα πού ἀποδίδουμε σὲ ἀνεπιθύμητες πράξεις τῶν ἐφήβων εἶναι ἀρνητικά.

Γιὰ παράδειγμα, ἕνας ἔφηβος ἀρνεῖται συστηματικὰ νὰ συμμετέχει σὲ οἰκογενειακὲς συναντήσεις, ὅταν οἱ γονεῖς του τὸ ζητοῦν.

Ἡ στάση του αὐτὴ μπορεῖ νὰ ἐρμηνευτεῖ ὡς ἀδιαφορία πρὸς τὴν οἰκογένεια.

Ἐὰν ὁμως οἱ γονεῖς, μὲ βάση αὐτὴν τὴν τεχνικὴ, ἀναζητήσουν στὴν στάση αὐτὴ τὸ θετικὸ κίνητρο, τότε μποροῦν νὰ θεωρήσουν, ὅτι τὸ παιδί τους δὲν ἀδιαφορεῖ γιὰ τὶς οἰκογενειακὲς σχέσεις, ἀπλῶς μερικὲς φορὲς προτιμᾷ νὰ βρῆκεται περισσότερο μὲ τοὺς φίλους του.

Ἡ τεχνικὴ τῆς Αναζήτησης, σὲ δύσκολες συμπεριφορὰς, ἀποτελεσμάτων θετικῶν γιὰ τὴν λειτουργία ἑνὸς συστήματος

Ἡ τεχνικὴ αὐτὴ οδηγεῖ στὴν ἀναγνώριση, ὅτι μία φαινο-

μενικά παράδοξη ή αντικοινωνική πράξη ενός νέου δεν έχει μόνο αρνητικό αποτέλεσμα που κυρίως αφορά αυτόν, **αλλά στοχεύει στο να επηρεάσει θετικά, ακόμη και μέσα από προκλήσεις, την στάση και τις σχέσεις των υπολοίπων μελών μιας ομάδας, όπως ή οικογένεια.**

Αυτή ή θεώρηση παρέχει την ευκαιρία, με αφορμή μία αρνητική δραστηριότητα ενός νέου, να παρατηρήσουμε την αλληλεπίδραση μεταξύ όλων των μελών της ομάδας.

Για παράδειγμα, ο έφηβος που παραμελεί τις σχολικές του υποχρεώσεις και γίνεται «κακό» παιδί, μπορεί να προκαλεί τους χωρισμένους γονείς του να συνεργαστούν και να ασχοληθούν μαζί του.

Η τεχνική της Συνεργασίας

Όλοι μας εμπιστευόμαστε τις δικές μας ερμηνείες που έχουμε διαμορφώσει με βάση θεωρίες, «πιστεύω», αντιλήψεις.

Η τεχνική της συνεργασίας μας δίνει την ευκαιρία να μπορούμε στην θέση και την κατάσταση του έφηβου χωρίς να αλλάξουμε τις πεποιθήσεις μας, και να δούμε τον τρόπο που αυτός βιώνει τις δικές του πράξεις και δραστηριότητες, **ακόμη και τα συναισθήματά του.**

Έτσι θα δημιουργήσουμε μία συν-αντίληψη της κατάστασης, στην οποία έχει περιέλθει ο έφηβος, που θα μας οδηγήσει στην καλύτερη συνεργασία μαζί του.

Για παράδειγμα, εάν ένας ενήλικος πιστεύει ότι ο έφηβος είναι τεμπέλης και ανίκανος, είναι βέβαιο ότι θα του συμπεριφερθεί ανάλογα.

Εάν, όμως, καταφέρει να δει την τεμπελιά του μέσα από τη δικιά του έφηβική όπτική, τότε μπορεί να διαπιστώσει, ότι ο έφηβος δυσκολεύεται να βρει νόημα και ενδιαφέρον σε μερικές δραστηριότητες που θεωρεί σημαντικές ο μεγαλύτερος, π.χ. μόρφωση, κοινωνική ένταξη, εργασιακή εξέλιξη κ.ά.

Η τεχνική της Αξιοποίησης των θετικών χαρακτηριστικών του ανθρώπου

Είναι αλήθεια ότι είναι ευκολότερο να σχολιάσει κανείς θετικά κάτι το οποίο παρουσιάζεται έξω από εμάς ως θετικό, παρά να σκεφτεί ή να πει κάτι πραγματικά θετικό για ένα έξω από εμάς πρόβλημα.

Μὲ τὴν τεχνικὴ τῆς Ἀξιοποίησης τῶν θετικῶν χαρακτηριστικῶν, ὁ ἐνήλικος ἐπιδιώκει νὰ ἀνακαλύψει θετικὰ στοιχεῖα τοῦ χαρακτήρα καὶ τῆς προσωπικότητος τοῦ ἐφήβου, παρὰ τὴν προκλητικὰ ἀρνητικὴ συμπεριφορὰ του.

Γιὰ παράδειγμα, ὁ ἔφηβος ποὺ ἀντιμιλᾷ καὶ φέρεται ἀγενῶς στὸν μεγαλύτερο, ὠθεῖ τὸν δεῦτερο νὰ τὸν χαρακτηρίσει ὡς ἀγενῆ.

Ακολουθώντας, ὅμως, τὴν τεχνικὴ τῆς ἀξιοποίησης τῶν θετικῶν χαρακτηριστικῶν, ὁ ἐνήλικος μπορεῖ μὲν νὰ ἐνοχληθεῖ ἀπὸ τὴν συμπεριφορὰ τοῦ ἐφήβου, ἀλλὰ τοῦ δίνεται ἡ εὐκαιρία νὰ παρατηρήσει καὶ θετικὰ χαρακτηριστικά του, π.χ. ὅτι ὁ νέος, ἂν καὶ ἀγενῆς, τολμᾷ νὰ ἐκφράζει δυναμικὰ τὴν γνώμη του.

Ἡ τεχνικὴ τοῦ Ἐντοπισμοῦ θετικῶν ἐξαιρέσεων

Συνέχεια τῆς πιὸ πάνω τεχνικῆς τῆς φανέρωσης καὶ Ἀξιοποίησης τῶν θετικῶν χαρακτηριστικῶν ἑνὸς ἀτόμου, καὶ κυρίως τοῦ ἐφήβου, εἶναι ἡ τεχνικὴ τοῦ ἐντοπισμοῦ ἐξαιρέσεων.

Όταν ἓνας ἔφηβος ἐπιδεικνύει προβληματικὴ συμπεριφορὰ, αὐτὴ γίνεται ἡ «μορφὴ» στὸν πίνακα ποὺ προκαλεῖ τὴν προσοχὴ τοῦ ἐνήλικου.

Αντιθέτως, ἡ μὴ προβληματικὴ του συμπεριφορὰ, ποὺ μοιάζει μὲ «φόντο» στὸν πίνακα, δὲν γίνεται καθόλου ἀντιληπτὴ ἀπὸ τὸν ἐνήλικο.

Ἡ τεχνικὴ τοῦ Ἐντοπισμοῦ ἐξαιρέσεων ἀντιστρέφει τὰ πράγματα: ἡ μὴ προβληματικὴ συμπεριφορὰ γίνεται ἡ «μορφὴ» ποὺ προσελκύει τὴν προσοχὴ τοῦ μεγαλύτερου, διότι τοῦ ἀλλάζει τὴν ὀπτικὴ γωνία ἀπὸ τὴν ὁποία ὁ ἐνήλικος βλέπει τὸν ἔφηβο.

Μὲ αὐτὴ τὴν μετακίνηση μποροῦμε νὰ ἀποφύγουμε τὴν «ἐτικετοποίηση», στὴν ὁποία εὐκόλα προχωρεῖ ἓνας ἐνήλικος γιὰ ἓνα νεότερο.

Γιὰ παράδειγμα, ὁ παραβατικὸς ἔφηβος εὐκόλα δημιουργεῖ ἀρνητικὸ προφίλ. **Ε**άν, ὅμως, ὁ ἐνήλικος ἐστιάσει στὸ μὴ προβληματικὸ του πρόσωπο, ὑπάρχει ἡ δυνατότητα νὰ τὸν προσεγγίσει καὶ νὰ τὸν ἐνθαρρύνει στὴν δημιουργία θετικοῦ προφίλ, ἀγνοώντας ἐντελῶς τὸ ἀρνητικὸ.

Όλοκληρώνοντας τὴν παρουσίαση γιὰ τὶς βασικὲς συστηματικὲς τεχνικὲς, ἀξίζει νὰ σημειώσουμε, ὅτι κάποιος –

στο συγκεκριμένο θέμα ο ενήλικος– αποφασίζει να αλλάξει άμεσα και με θετική διάθεση την δική του οπτική γωνία.

Αυτό, όμως, δέν σημαίνει ότι και ή αλλαγή στόν άλλο και στην σχέση θα είναι άμεση και χωρίς αντιστάσεις.

Τουναντίον, χρειάζεται σταθερότητα και έπιμονή, ακόμη και όταν υπάρχουν αλλαγές, ή όταν δέν φαίνονται τὰ καλά σημάδια ή όταν παρουσιάζεται όπισθοδρόμηση.

Όλες αυτές οί τεχνικές πραγματοποιούνται στο πλαίσιο τής σχέσης και του ενδιαφέροντος για καλή έπικοινωνία με όποιονδήποτε άνθρωπο.

Φυσικά δέν άφορούν μόνο την σχέση ενήλικα και έφηβου, αλλά και άλλες σχέσεις, όπως του ζευγαριού ή του δασκάλου με τούς μαθητές.

Μπορούν, βέβαια, να χρησιμοποιηθούν και συνδυαστικά μεταξύ τους, γιατί τὰ όριά τους είναι δυσδιάκριτα και κοινή τους άφετηρία είναι ή θετική ματιά προς τόν άλλο και την οποιαδήποτε συμπεριφορά του, αν και αυτό δέν σημαίνει άπαραιτήτως συμφωνία με τόν άλλον, ταύτιση άπόψεων, αντιλήψεων ή άποδοχή συγκεκριμένων πράξεων και ενεργειών.

Πάντως, ακόμη και εάν αυτές οί τεχνικές αποτύχουν, τὸ κέρδος θα είναι ότι κάποιος άποφάσισε να διεκδικήσει την καλή πλευρά ένος προσώπου και μιᾶς σχέσης.

