

19 Οκτωβρίου 2016

Γιατί η εφηβεία χαρακτηρίζεται δεύτερη γέννηση;

/ Ειδήσεις και Ανακοινώσεις





Η εφηβεία είναι δύσκολη για το περιβάλλον. Αυτό συμβαίνει για να κατακτηθούν κάποιοι πολύ σημαντικοί στόχοι πριν την ενηλικίωση.

Του Σταμάτη Μιχαλακόπουλου

Μια εξαιρετικά ενδιαφέρουσα και ιδιαίτερα χρήσιμη συζήτηση, πραγματοποιήθηκε στο Ενοριακό Αρχονταρίκι του Ιερού Ναού Ευαγγελιστρίας Πειραιώς, την Δευτέρα 17 Οκτωβρίου, σε συνεργασία με τον Σύνδεσμο Επιστημόνων Πειραιώς.

Θέμα της εκδήλωσης, ήταν «*Η εφηβεία από το Α έως το Ω*» και η συζήτηση διεξήχθη ανάμεσα στον Πρόεδρο του Συνδέσμου Παναγιώτη Χαρατζόπουλο, Φυσικό Msc, Med και την κα Άρτεμις Τσίτσικα, Επίκουρη Καθηγήτρια Παιδιατρικής - Εφηβικής Ιατρικής Παν/μίου Αθηνών και επιστημονική υπεύθυνη της Μονάδας Εφηβικής Υγείας Β΄ Παιδιατρικής Κλινικής του Νοσοκομείου Παίδων Π.& Α. Κυριακού.

Η εκδήλωση πραγματοποιήθηκε στο πλαίσιο του προγράμματος [«ΕΝΟΠΙΑ εν δράσει...»](#), του Ιερού Ναού Ευαγγελιστρίας Πειραιώς.

Η συζήτηση ξεκίνησε δίνοντας απάντηση στο γιατί η εφηβεία χαρακτηρίζεται δεύτερη γέννηση. Η φράση δίνει όλη αυτή την δυναμική της εφηβικής ηλικίας,

όλες αυτές τις μεταβολές που επισυμβαίνουν σε πολλά επίπεδα.

Εξηγώντας η **κα Τσίτσικα**, είπε πως οι πρώτες είναι οι σωματικές μεταβολές. Το δεύτερο επίπεδο είναι το γνωστικό, δηλαδή ο τρόπος σκέψης που αλλάζει πάρα πολύ στην εφηβική ηλικία. Υπάρχει και το κοινωνικό επίπεδο, ο τρόπος που διαχειρίζονται οι έφηβοι τις σχέσεις τους, την συμπεριφορά τους.

Το να παρομοιάζεις την εφηβεία με δεύτερη γέννηση, είναι πολύ κοντά στην πραγματικότητα, δεδομένου ότι είναι μια περίοδος, που ο άνθρωπος σταδιακά αναλαμβάνει την ευθύνη της υγείας του και της ίδιας του της ζωής.

Ακολουθως τέθηκε το θέμα του ηλικιακού προσδιορισμού της εφηβείας, πότε ξεκινάει και που ολοκληρώνεται. Η έναρξη της περιόδου τοποθετείται στην ηλικία των 10 ή 11 ετών. Το πότε τελειώνει δεν είναι ξεκάθαρο αφού άλλοι διεθνείς οργανισμοί θεωρούν ότι τελειώνει στην ηλικία των 18 με 19, ενώ άλλοι μεταθέτουν το όριο στα 21 ή 22. Στις περισσότερες χώρες οι νομικές ευθύνες του ενήλικα ξεκινούν πάνω από τα 18 χρόνια.

Εδώ όμως τόνισε η κα Τσίτσικα:

«Στην πραγματικότητα δεν είναι έτσι ακριβώς και ο ανθρώπινος εγκέφαλος συνεχίζει να αναπτύσσεται μέχρι και τα 25. Άρα όσο αναπτύσσεται θεωρούμε ότι δεν έχει ενηλικιωθεί.»

Πολλές φορές η ηλικία δεν συμπίπτει με τις ψυχολογικές και κοινωνικές αλλαγές. Χωρίζουμε την εφηβεία σε τρεις περιόδους. Η πρώτη είναι ως τα 14 περίπου, η δεύτερη που λέγεται μέση ως τα 16 με 17 και η τρίτη είναι άνω των 17 που λέγεται όψιμη. Κάθε περίοδος έχει τα δικά της χαρακτηριστικά.

Στην πρώτη ο έφηβος παρακολουθεί τις αλλαγές στο σώμα του. Ζει για το παρόν χωρίς να έχει αναπτύξει υποθετική σκέψη και είναι δύσκολο οι έφηβοι να συλλάβουν τις συνέπειες των πράξεων τους.

Φτάνοντας στη μέση εφηβεία, ξεκινάει η επαναστατικότητα. Τον μεγαλύτερο ρόλο εδώ αποκτούν οι συνομήλικοι. Στην όψιμη εφηβεία, πολλοί από τους στόχους της εφηβικής ηλικίας έχουν κατακτηθεί και έχουν την ικανότητα οι έφηβοι να αναπτύξουν λειτουργικές σχέσεις.

Όλα αυτά τα όρια δεν είναι τόσο συγκεκριμένα. Και είναι πολύ σημαντικό, τόνισαν και οι δύο συμμετέχοντες, να προσεγγίζεται ένα παιδί με βάση την αναπτυξιακή του ηλικία και όχι την χρονολογική.

Σε άλλο σημείο η κα Τσίτσικα σημείωσε:

«Η εφηβεία είναι δύσκολη για το περιβάλλον. Αυτό συμβαίνει για να κατακτηθούν κάποιοι πολύ σημαντικοί στόχοι πριν την ενηλικίωση. Ο πρώτος είναι η ανεξαρτησία, η δυνατότητα να λειτουργούν εκτός οικογένειας μόνοι τους. Ο δεύτερος στόχος είναι οι λειτουργικές σχέσεις με τους ανθρώπους. Μαθαίνουν να έχουν μια θετική εικόνα για τον εαυτό τους. Και επίσης να έχουν ταυτότητα. Τέλος να έχουν έναν ρεαλιστικό στόχο.»

Ένα άλλο θέμα που τέθηκε ήταν το τι είναι αυτό που μπορεί να οδηγήσει τους εφήβους στην εξάρτηση που παρατηρείται στις νέες τεχνολογίες. Κάποιες απαντήσεις που δόθηκαν εξηγούσαν ότι οι γονείς μπορεί να αντιμετωπίζουν δικά τους θέματα, να υπεραπασχολούνται και να λείπουν από το σπίτι, ή να είναι άνεργοι και να κλείνονται στον εαυτό τους. Με αποτέλεσμα να λείπει η απαραίτητη επικοινωνία με το παιδί.

Πάντως τα σημάδια που θα πρέπει να κινητοποιήσουν γονείς και εκπαιδευτικούς, είναι οι απότομες μεταβολές σε καθημερινές λειτουργίες, όπως η διατροφή, ο ύπνος, η κοινωνικότητα, η σχολική επίδοση, η προσωπική φροντίδα και υγιεινή.

Οι χρυσοί κανόνες για τους γονείς, είναι η εφαρμογή ορίων μέσα στην οικογένεια, με την προϋπόθεση ότι το παιδί εισπράττει την άνευ όρων αγάπη τους και η έμπνευση προτύπου, να μην περιορίζονται δηλαδή σε συμβουλές και νουθεσίες αλλά να δείχνουν με την στάση τους, το παράδειγμα τους την κατεύθυνση. Ένας ακόμη κανόνας είναι ο σεβασμός στην προσωπικότητα του, από την παιδική ήδη ηλικία. Ακόμη η αίσθηση της εμπιστοσύνης, ότι τους λέμε την αλήθεια. Και τέλος, η έμπνευση της αισιοδοξίας.

Η συζήτηση ολοκληρώθηκε με την παρουσίαση του ρόλου και του έργου της Μονάδας Εφηβικής Υγείας της Β΄ Παιδιατρικής Κλινικής του Νοσοκομείου Παίδων Π. & Α. Κυριακού.

Απευθύνεται σε εφήβους 11-18 ετών και παρέχει υπηρεσίες που καλύπτουν το φάσμα των αναγκών της ηλικίας αυτής. Βασικές αιτίες προσέλευσης είναι θέματα ανάπτυξης, ενδοκρινολογικά, παχυσαρκία, διαταραχές πρόσληψης τροφής (ανορεξία, βουλιμία), γυναικολογικά, ψυχοκοινωνικά, μαθησιακές δυσκολίες, σχολική φοβία, οικογενειακή δυσλειτουργία κ.α.

Η Μονάδα αποτελεί δομή-πρότυπο για την οργάνωση υπηρεσιών υγείας που αφορούν την εφηβική ηλικία. Στα πολυάριθμα ειδικά τμήματά της συμμετέχουν επιστήμονες με σημαντική γνώση και εμπειρία σε θέματα Εφηβικής Ιατρικής. Ένας

από τους βασικούς στόχους της είναι και η εκπαίδευση φοιτητών, ειδικευομένων, ιατρών και άλλων επαγγελματιών στην Εφηβική Ιατρική, δεδομένου ότι ο τομέας αυτός μόλις ξεκινά να αναπτύσσεται στη χώρα μας.

Με την Μονάδα Εφηβικής Υγείας (ΜΕΥ) Β΄ Παιδιατρικής Κλινικής του Νοσοκομείου Παιδών Π.& Α. Κυριακού μπορεί να επικοινωνήσει κάποιος στα τηλέφωνα: [2107710824](tel:2107710824) και [213 2009806](tel:2132009806). Για επείγουσα κλήση όποιος χρειάζεται βοήθεια μπορεί να καλέσει τη Γραμμή για εκφοβισμό και Διαδύκτιο στο τηλ.: 8001180015.

[Την συζήτηση μπορείτε να την παρακολουθήσετε εδώ.](#)**G**