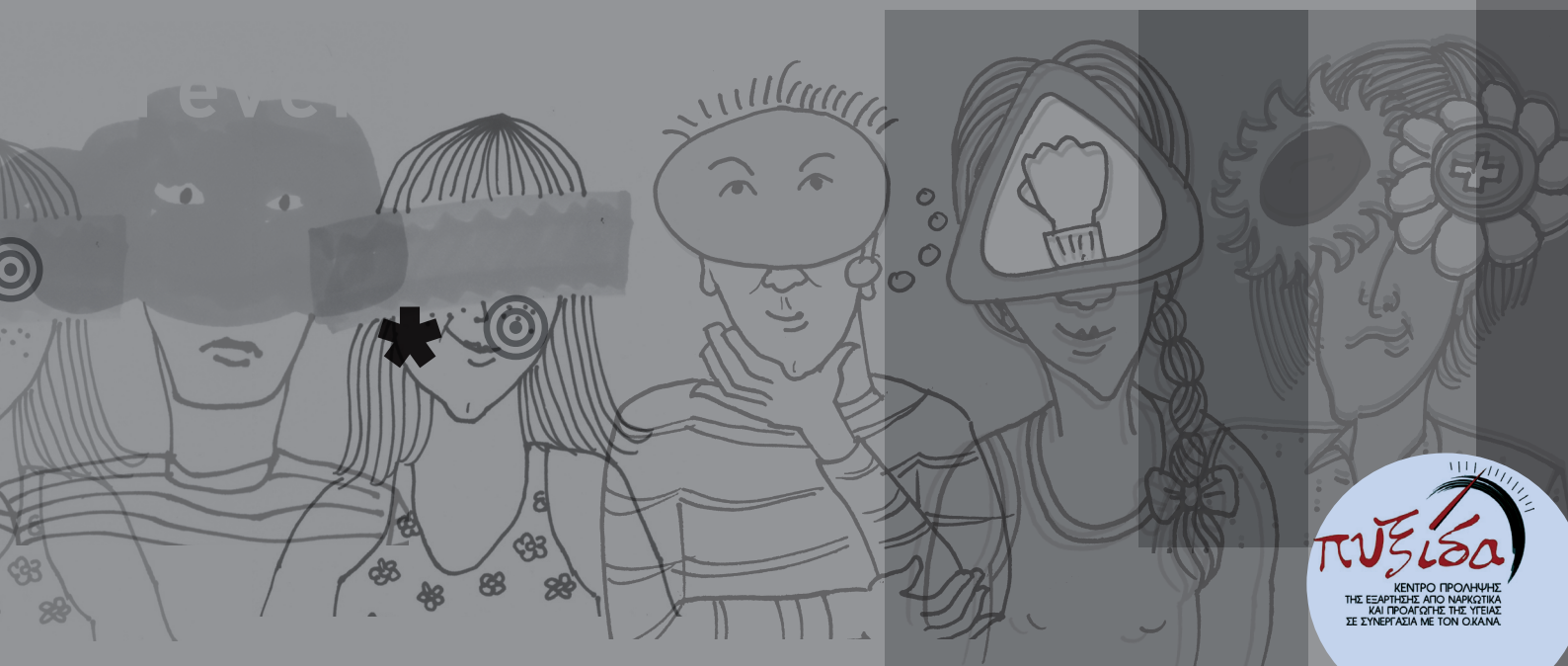


«ΞΕΡΩ ΤΙ ΖΗΤΑΩ»

ΘΕΩΡΗΤΙΚΗ ΤΕΚΜΗΡΙΩΣΗ ΚΑΙ ΔΟΜΗ ΤΩΝ
ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΩΝ ΣΥΝΑΝΤΗΣΕΩΝ ΜΕ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ

Χρησιμοποιείτε το κείμενο αυτό μαζί με την εισαγωγή
και τη δομή των ενοτήτων.



ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΓΙΑ ΓΟΝΕΙΣ

Τις τελευταίες δεκαετίες ανέκυψε ένα πλήθος στοιχείων που καταδεικνύουν ότι διάφορες συμπεριφορές και στάσεις των γονέων συνδέονται άμεσα με τη χρήση εξαρτησιογόνων ουσιών από τα παιδιά και μπορούν να λειτουργήσουν είτε ως παράγοντες προστασίας, είτε ως παράγοντες κινδύνου (Brook J.S. και συνεργάτες, 1990; Petraitis J. και συνεργάτες, 1995; Steinberg L. και συνεργάτες, 1992; Mendes F. και συνεργάτες, 1999; Simons-Morton B. και συνεργάτες, 1999, Velleman R. και συνεργάτες, 2000).

Ως εκ τούτου, αναδεικνύεται η σημασία της συμμετοχής των γονέων σε προγράμματα πρόληψης που απευθύνονται σε εφήβους ηλικίας 12-13 ετών προκειμένου να ενισχυθεί η αποτελεσματικότητα των παρεμβάσεων.

ΓΕΝΙΚΟΣ ΣΤΟΧΟΣ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ:

Να συνειδητοποιήσουν οι γονείς τους οικογενειακούς παράγοντες που μπορεί να ωθήσουν τα παιδιά τους στη χρήση ναρκωτικών στην πρώιμη εφηβεία ή να τα προφυλάξουν από αυτή, καθώς και να ενθαρρυνθούν να υιοθετήσουν έναν τρόπο διαπαιδαγώγησης που θα εμπνέει σεβασμό και θα συνδυάζει υψηλό βαθμό ελέγχου, αλλά και ενθάρρυνση των προσπαθειών του εφήβου να αποκτήσει αυτονομία και ανεξαρτησία. Προϋπόθεση για την προσέγγιση αυτή είναι οι γονείς να υιοθετήσουν μια στάση που παρέχει στο παιδί ανακούφιση και προστασία, σε συνδυασμό με αποδοχή ή και ενθάρρυνση των ανεξάρτητων προσωπικών επιλογών του.

ΕΙΔΙΚΟΤΕΡΟΙ ΣΤΟΧΟΙ:

- Να ενημερωθούν οι γονείς σχετικά με την επιρροή που ασκεί η οικογένεια στο θέμα της χρήσης ουσιών από εφήβους
- Να βοηθηθούν οι γονείς να κατανοήσουν τις αλλαγές που συμβαίνουν στα παιδιά τους στη διάρκεια της εφηβείας ως προς την ανάπτυξη και τη διαμόρφωση της ταυτότητας και να δουν τη χρήση ουσιών εντός του πλαισίου αυτού
- Να βοηθηθούν οι γονείς να ορίσουν σαφείς κανόνες στην οικογένεια και να βελτιώσουν τις διαπραγματευτικές τους δεξιότητες
- Να ευαισθητοποιηθούν οι γονείς όσον αφορά στρατηγικές που μπορούν να συσφίξουν τους οικογενειακούς δεσμούς

ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΕΙ:

- 3 απογευματινές συναντήσεις γονέων σε κάθε

σχολείο (με συχνότητα μία το μήνα)

- πληροφορίες μέσα από ενημερωτικό φυλλάδιο που αποστέλλεται σε όλους τους γονείς των παιδιών της ομάδας στόχου

ΔΟΜΗ ΤΗΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗΣ:

Σύμφωνα με την εμπειρία πολλών ειδικών, η προσέλευση των γονέων σε ομάδες είναι πολύ χαμηλή (το ποσοστό των γονέων που συμμετέχουν σε ομάδες γονέων εκτιμάται ότι δεν υπερβαίνει το 20% του συνόλου των γονέων στους οποίους απευθύνεται το πρόγραμμα). Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο το συγκεκριμένο πρόγραμμα για τους γονείς δεν περιλαμβάνει ομάδες γονέων, αλλά συγκροτείται από τρεις ανοιχτές συζητήσεις για διαφορετικά θέματα.

Οι γονείς λαμβάνουν (με επιστολή) ξεχωριστή πρόσκληση για κάθε συνάντηση, προκειμένου να αυξηθεί η συμμετοχή, ενώ οι πληροφορίες που τους παρέχονται και τα θέματα που συζητούνται σε κάθε συνάντηση διαχέονται στη συνέχεια μέσα από ένα φυλλάδιο που διανέμεται σε όλους τους γονείς που ανήκουν στην ομάδα στόχο. Θα καταβληθεί προσπάθεια εξεύρεσης «εθελοντών» γονέων, οι οποίοι θα συμβάλλουν στο να συνταχθεί μια σύνοψη της συζήτησης και να καταγραφεί στο φυλλάδιο.

Πληροφορίες σχετικά με το σύνολο του προγράμματος και την όλη παρέμβαση του EU-Dap θα δοθούν στους γονείς στην επιστολή που θα λάβουν.

Κάθε απογευματινή συνάντηση γονέων περιλαμβάνει:

1. εναρκτήρια δραστηριότητα
2. διάλεξη
3. συζήτηση στην ολομέλεια
4. δουλειά σε μικρές ομάδες
5. παιχνίδι ρόλων ή δραματοποίηση
6. λήξη

ΟΡΙΣΜΕΝΑ ΣΧΟΛΙΑ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΗΝ ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΗ ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ:

Έχει πολλαπλώς τεκμηριωθεί ότι η αποτελεσματικότητα των προγραμμάτων πρόληψης αυξάνεται σημαντικά όταν χρησιμοποιούνται ενεργητικές μέθοδοι, δηλαδή μέθοδοι που ενθαρρύνουν την ενεργή συμμετοχή των αποδεκτών του προγράμματος.

«Τα προγράμματα πρόληψης έχουν τα μέγιστα αποτελέσματα όταν χρησιμοποιούν τεχνικές ενεργητικής μάθησης, όπως συζήτηση σε ομάδες ομοτίμων, παιχνίδια ρόλων σε ομάδες και παιχνίδια ρόλων που απευθύνονται σε γονείς, καθώς επιτρέπουν την ενεργή συμμετοχή στη διαδικασία μάθησης σε θέματα σχετικά με την κατάχρηση ουσιών και την ενίσχυση δεξιοτήτων» (Prevention Principle 15, National Institute on Drug Use 2003).

Πάρα ταύτα, λαμβάνοντας υπόψη ότι σε ορισμένα πολιτιστικά πλαίσια η πρόσκληση για ενεργή συμμετοχή των παρευρισκόμενων ενδεχομένως να κάνει τους συμμετέχοντες να αισθανθούν άβολα ή ενοχλημένοι, παραμένει στην ευχέρεια του εκπαιδευτή να τροποποιήσει τις οδηγίες προς τη συγκεκριμένη ομάδα γονέων στην οποία απευθύνεται. Με αυτήν την έννοια, ο εκπαιδευτής θα μπορούσε να χρησιμοποιήσει το σενάριο από το προβλεπόμενο παιχνίδι ρόλων και να το συζητήσει με τους γονείς, χωρίς να το δραματοποιήσει, ή να συζητήσει τα προτεινόμενα θέματα στην ολομέλεια, αντί σε μικρές ομάδες γονέων.

ΤΟ ΦΥΛΛΑΔΙΟ ΠΡΟΣ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ ΘΑ ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΕΙ:

1. σύνοψη της διάλεξης
2. σύντομη περιγραφή των βασικών θεμάτων που συζητήθηκαν στη συνάντηση
3. προτεινόμενη βιβλιογραφία για γονείς

ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΚΑΘΕ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗΣ: 3 ώρες

Έχουν σχεδιαστεί 3 απογευματινές συναντήσεις γονέων για κάθε σχολείο (μία φορά το μήνα, παράλληλα με την παρέμβαση στους μαθητές) με τα ακόλουθα θέματα:

1. ΚΑΤΑΝΟΩΝΤΑΣ ΚΑΛΥΤΕΡΑ ΤΟΥΣ ΕΦΗΒΟΥΣ

Θέματα: ενημέρωση για τα ψυχολογικά και κοινωνικά χαρακτηριστικά της εφηβείας – ενημέρωση για τα ναρκωτικά – η χρήση ουσιών ως μέρος της

συμπεριφοράς των εφήβων που πειραματίζονται και αναζητούν επικίνδυνες καταστάσεις – η επίδραση και ο ρόλος της λειτουργίας της οικογένειας στο συγκεκριμένο αναπτυξιακό στάδιο

2. ΜΕΓΑΛΩΝΟΝΤΑΣ ΜΑΖΙ ΜΕ ΤΟΥΣ ΕΦΗΒΟΥΣ ΜΑΣ

Θέματα: η διαδικασία της αυτονομίας και η διαμόρφωση της ταυτότητας στον έφηβο – η σύγκρουση των γενεών και η αναγκαία εξέλιξη της οικογένειας – η δυναμική παρουσία των γονιών

3. Η ΚΑΛΗ ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΑΠΑΙΤΕΙ ΚΑΙ ΚΑΝΟΝΕΣ ΚΑΙ ΟΡΙΑ

Θέματα: Καθοδηγητική στάση χωρίς αυταρχισμό – επιτήρηση χωρίς καταπίεση – διαπραγμάτευση χωρίς αποδυνάμωση – σαφή όρια στην οικογένεια σε θέματα χρήσης ουσιών.

ΚΑΘΗΚΟΝΤΑ ΤΟΥ ΥΠΕΥΘΥΝΟΥ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

:

- Καλεί τους γονείς σε κάθε συνάντηση
- Φροντίζει για τη διεξαγωγή κάθε συνάντησης σύμφωνα με τη δομή και τους στόχους που έχουν καθοριστεί
- Παράγει ένα φυλλάδιο για κάθε συνάντηση και το διανέμει στους γονείς
- Αξιολογεί την κάθε συνάντηση

1. ΚΑΤΑΝΟΩΝΤΑΣ ΚΑΛΥΤΕΡΑ ΤΟΥΣ ΕΦΗΒΟΥΣ

ΈΝΑΡΞΗ: (30')

- Συστάσεις μεταξύ του επικεφαλής και των μελών της ομάδας
- Εισαγωγή στους στόχους του προγράμματος γονέων
- Καθορισμός του στόχου της συγκεκριμένης συνάντησης (Εύρεση «εθελοντών» για το φυλλάδιο)
- Καταιγισμός ιδεών με θέμα: «Γιατί είναι δύσκολο να είσαι γονιός εφήβου»

(Πιθανή σύνοψη: στο στάδιο αυτό τα παιδιά αλλάζουν κατά τρόπο που οι γονείς αδυνατούν να προβλέψουν)

ΔΙΑΛΕΞΗ: (20')

«Ας δούμε πώς είναι να είσαι έφηβος 12-13 ετών και τι καλούνται να επιτελέσουν οι νέοι στη διάρκεια της εφηβείας»

Η ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΠΡΩΙΜΗ ΕΦΗΒΕΙΑ

Η εφηβεία περιγράφεται συχνά ως ένα μεταβατικό στάδιο της ζωής, κατά το οποίο επιτελείται η «μετάβαση» από την παιδική ηλικία στην ενηλικίωση.

Παρά ταύτα, συχνά περιγράφεται επίσης ως ένα «δύσκολο» στάδιο, μια περίοδος που δοκιμάζει την ικανότητα της οικογένειας να προσαρμόζεται σε αλλαγές ή να αλλάζει και η ίδια.

Οι γονείς συχνά αμφιβάλουν για το κατά πόσον εξακολουθούν να είναι σε θέση να επηρεάσουν την εξέλιξη των παιδιών τους.

Η εφηβεία ως στάδιο συνήθως ξεκινά στην ηλικία των 11 ή 12 ετών (κάποιοι τοποθετούν την έναρξή της στα 13 ή 14) και χαρακτηρίζεται από τεράστιες αλλαγές σε πολλά πεδία της ανάπτυξης του παιδιού:

- Βιολογικές αλλαγές (αλλάζει το σχήμα και η λειτουργία του σώματος)

ΣΤΟΧΟΙ:

- Να βοηθηθούν οι γονείς να κατανοήσουν τις αλλαγές που συμβαίνουν στα παιδιά τους στη διάρκεια της εφηβείας ως προς την ανάπτυξη και τη διαμόρφωση της ταυτότητας και να δουν τη χρήση ουσιών εντός του πλαισίου αυτού
- Να ευαισθητοποιηθούν οι γονείς όσον αφορά την επιρροή που μπορεί να ασκήσει η οικογένεια στην πρόληψη της χρήσης ουσιών από εφήβους

- Καίριες αλλαγές στην προσωπικότητα – διαμόρφωση της ταυτότητας
- Αλλαγές στην κοινωνικότητα (οι παρέες γίνονται σημαντική κοινωνική ομάδα)
- Τεράστια ανάπτυξη της συλλογιστικής ικανότητας (σταδιακά επιτυγχάνεται η ικανότητα για αφαιρετική σκέψη)
- Διαφοροποίηση της ηθικής κρίσης
- Διαμόρφωση του προσωπικού συστήματος αξιών

Σε γενικές γραμμές, μέχρι την ενηλικίωση ο έφηβος πρέπει σταδιακά να επιτύχει τα εξής:

- Να εξοικειωθεί με τις αλλαγές του σώματός του και να δεχθεί το σώμα του ως κομμάτι του εαυτού του
- Να κατανοήσει και να αντιμετωπίσει τα συναισθήματά του
- Να αποκτήσει μια ισορροπημένη εικόνα για τον εαυτό του και μια σταθερή ταυτότητα που θα του επιτρέψει να γίνει ένα άτομο ικανό να προσαρμόζεται εύκολα στους ρόλους που θα παίξει ως μέλος της κοινωνίας, ως μέλος διαφόρων ομάδων στο πλαίσιο της κοινωνίας αυτής, στη σχέση του με άλλα άτομα και στην ιδιαίτερη σχέση του με ένα άτομο

- Για να περνά από τον ένα ρόλο στον άλλο, ο έφηβος χρειάζεται δεξιότητες όπως η δημιουργική σκέψη, ο αυθορμητισμός (εξερεύνηση καινοτόμων λύσεων σε γνωστές καταστάσεις) αλλά και η προθυμία για πειραματισμό σε νέα, μερικές φορές άγνωστα, πεδία.
- Να ανεξαρτητοποιηθεί και παράλληλα να ορίσει το ρόλο του στην οικογένεια μέσα από ένα νέο πρίσμα
- Να κατακτήσει την ικανότητα για αφαιρετική σκέψη και να είναι σε θέση να δει τα πράγματα από την οπτική γωνία ενός άλλου ανθρώπου
- Να διαμορφώσει τις προσωπικές του αξίες και την προσωπική του «στάση ζωής».

Αναμφίβολα τα θεμέλια για πολλές από τις εξελίξεις αυτές μπαίνουν σε προγενέστερα στάδια της ανάπτυξης του παιδιού. Ωστόσο, η εφηβεία είναι μια περίοδος αλλαγών και δίνει την ευκαιρία στους γονείς να ασκήσουν αποφασιστική επιρροή στα παιδιά τους. Το επίπεδο δεξιοτήτων και αυτοεκτίμησης που διαθέτει το παιδί που μπαίνει στην εφηβεία, όποιο κι αν είναι αυτό, θα αυξηθεί ή θα μειωθεί στη διάρκεια της εφηβείας ανάλογα με την ενθάρρυνση ή την απόρριψη που θα συναντήσει καθώς προσπαθεί να αντιμετωπίσει τις τεράστιες αλλαγές που συμβαίνουν μέσα του και γύρω του.

Οι έφηβοι ηλικίας 12 - 13 ετών συνήθως βρίσκονται στο στάδιο της προεφηβείας. Το στάδιο αυτό θεωρείται μια γέφυρα που οδηγεί από την παιδική στην εφηβική ηλικία. Οι περισσότεροι γονείς και δάσκαλοι είναι πολύ εξοικειωμένοι με το γεγονός ότι, στην ηλικία αυτή, η συμπεριφορά των παιδιών πολύ συχνά μεταβάλλεται απροσδόκητα από «ώριμη» σε «παιδική» και αντιστρόφως.

Τα ειδικότερα χαρακτηριστικά της ηλικίας αυτής είναι τα εξής:

- Οι σωματικές αλλαγές είναι πολύ σημαντικές. Οι έφηβοι βιώνουν μια τεράστια ποικιλία αλλαγών στο σώμα τους και συχνά παρατηρούνται μεγάλες διαφορές στην ανάπτυξή τους.
- Οι σωματικές διαφορές εκδηλώνονται συχνά και ως διαφορές στη συμπεριφορά. Η εύθραυστη αυτοεκτίμηση που μπορεί να έχει ένα νεαρό άτομο επηρεάζεται πάρα πολύ από την εικόνα που έχει για το σώμα του.
- Η περίοδος αυτή χαρακτηρίζεται από έντονη συγκινησιακή φόρτιση. Η έκκριση ορμονών έχει ως αποτέλεσμα τα συναισθήματα να βιώνονται έντονα και να επηρεάζουν, συχνά μάλιστα να ελέγχουν, τη συμπεριφορά του εφήβου (τη γνωστή κυκλοθυμική συμπεριφορά). Είναι επίσης μια περίοδος κατά την οποία η απώλεια της παιδικότητας μπορεί να προκαλέσει συναισθήματα θλίψης.
- Οι έφηβοι συνειδητοποιούν τελικά ότι είναι μοναδικοί ως άτομα και ότι είναι ανάγκη να βρουν το νέο ρόλο τους στην οικογένεια αλλά και στην ευρύτερη

κοινωνία. Συχνά στην ηλικία αυτή τα παιδιά περνούν από το δημοτικό στο γυμνάσιο, γεγονός που ενισχύει την ανάγκη τους να ορίσουν ένα νέο ρόλο για τον εαυτό τους (με μεγαλύτερη ανεξαρτησία αλλά και περισσότερες υποχρεώσεις).

- Οι σεξουαλικές φαντασιώσεις και τα πρωτόγνωρα συναισθήματα για άτομα και των δύο φύλων συχνά προκαλούν σύγχυση στο νεαρό άτομο.
- Είναι μια περίοδος έντονης αυτοσυνείδησης και, παρότι ο έφηβος είναι εξαιρετικά εγωκεντρικός, εξακολουθεί να μην έχει μια ξεκάθαρη εικόνα για τον εαυτό του.
- Συχνά αισθάνεται «διαφορετικός», «μοναξιά» ή ότι «δεν τον καταλαβαίνουν» οι άλλοι, ιδίως η οικογένειά του (φαντασιώνεται ότι είναι υιοθετημένος).
- Μπορεί να χρησιμοποιεί κυρίως την επιθετικότητα, την υποταγή ή τη συνεργασία για την επίλυση προβλημάτων. Η συμπεριφορά του εξαρτάται από τον τρόπο που του συμπεριφέρονται οι άλλοι, από το παράδειγμα που του δίνουν ή μπορεί να πρόκειται και για μια προσωρινή άμυνα ενάντια στην αβεβαιότητα που του προξενούν πρωτόγνωρες σκέψεις και συναισθήματα.
- Κατά την περίοδο αυτή, πολλοί έφηβοι έχουν έμμονες ιδέες σχετικά με το πώς πρέπει να γίνονται τα πράγματα και συνήθως θεωρούν ότι υπάρχει ένας μόνο σωστός τρόπος για να γίνουν, ενώ ταυτόχρονα αναπτύσσεται η συλλογιστική τους ικανότητα (αυτό μπορεί να έχει ως αποτέλεσμα μια ατέρμονη επιχειρηματολογία για να υποστηρίξουν μια συγκεκριμένη άποψη για τη ζωή). Μέχρις ότου αναπτυχθεί η ικανότητά τους για αφαιρετική σκέψη, δεν είναι σε θέση να δουν τα πράγματα από τη σκοπιά του άλλου ούτε τους απασχολεί το πώς αισθάνονται οι άλλοι με τις πράξεις τους.
- Επιπλέον, όσον αφορά τη συλλογιστική ικανότητα στο στάδιο αυτό, οι έφηβοι σκέφτονται κυρίως το κοντινό παρελθόν και το παρόν, ως εκ τούτου δεν είναι σε θέση να κάνουν μακροπρόθεσμα σχέδια ή να λάβουν υπόψη τους τις συνέπειες των πράξεών τους (συνήθως επιζητούν επίσης την άμεση ικανοποίηση των αναγκών τους).
- Στην περίοδο αυτή συμβαίνει μια πολύ σημαντική αλλαγή, η έναρξη της διαδικασίας απομάκρυνσης από την οικογένεια. Οι έφηβοι εξακολουθούν να στηρίζονται κατά πολύ στον έλεγχο και στην αυθεντία των άλλων, αλλά ενδέχεται να αρνούνται να τη δεχθούν από τους γονείς τους. Η παρέα των συνομηλίκων γίνεται πολύ σημαντική και ενδέχεται να υποκαταστήσει τους γονείς όσον αφορά την παροχή ασφάλειας και καθοδήγησης.
- Η αρνητική συμπεριφορά στο στάδιο αυτό μοιάζει με αυτή των βρεφών. Οι έφηβοι τηρούν τους κανόνες μόνον όταν κινδυνεύουν να τους «πιάσει» κάποιος να τους παραβιάζουν. Το ψέμα γίνεται κομμάτι της ζωής τους και οι χρονικοί περιορισμοί γίνονται αντικείμενο συνεχούς διαπραγματεύσεως. Η ακαταστασία στο δωμάτιο, η αμέλεια για τις δουλειές

του σπιτιού, το κάπνισμα, το ποτό, το ξενύχτι μπορεί να αποτελούν ατυχείς εκφράσεις της προσπάθειάς τους να αμφισβητήσουν τους γονείς ως μορφές εξουσίας και να αποκτήσουν την ανεξαρτησία τους. «Η περιορισμένη ικανότητα των εφήβων να δουν το απώτερο μέλλον και η εξάρτηση της αυτοεκτίμησής τους από ανθρώπους και πράγματα παρόντα στο «τώρα», ενδέχεται να τους οδηγήσουν σε κάθε είδους επικίνδυνη δραστηριότητα.» (Myers B, 1996)

ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΣΤΗΝ ΟΛΟΜΕΛΕΙΑ: (15')

Διευκρινιστικές ερωτήσεις και παρατηρήσεις επί της διάλεξης

ΕΡΓΑΣΙΑ ΣΕ ΜΙΚΡΕΣ ΟΜΑΔΕΣ: (15')

Συζητήστε στις ομάδες τα παρακάτω θέματα:

- Πόσοι έφηβοι σε αυτή την ηλικία πιστεύετε ότι κάνουν χρήση ουσιών; Κάντε τη διάκριση ανάμεσα σε νόμιμες και παράνομες ουσίες, καθώς και ανάμεσα στο να έχουν δοκιμάσει στη ζωή τους και να έχουν κάνει χρήση τον τελευταίο μήνα.
- (Ένας εύκολος και διασκεδαστικός τρόπος να γίνει αυτό είναι με τη βοήθεια μιας λευκής γραφικής παράστασης, την οποία θα τους ζητήσετε να χρωματίσουν)
- Τι είναι αυτό που κάνει τα παιδιά στην εφηβεία πιο ευάλωτα στη χρήση ουσιών;

ΑΝΑΚΕΦΑΛΑΙΩΣΗ: (30')

- Σύνοψη
- Παρουσίαση στατιστικών στοιχείων για τη χρήση ουσιών στην ηλικία αυτή (έκθεση ΕΚΤΕΠΝ)
- Παρουσίαση: Γιατί οι έφηβοι είναι ευάλωτοι στη χρήση ουσιών
«Οι έφηβοι είναι ιδιαίτερα ευάλωτοι στις ανεπιθύμητες επιδράσεις της χρήσης ουσιών, λόγω του μεταβατικού χαρακτήρα και της ρευστότητας των συναισθημάτων τους, του αμυντικού μηχανισμού τους, αλλά και της προσωπικότητάς τους στο σύνολό της στη συγκεκριμένη φάση της ζωής τους» (Brook J.S. και συνεργάτες, 1990, σ.117).

ΕΠΙΣΗΣ:

- Οι έφηβοι αγωνίζονται να αποκτήσουν την ανεξαρτησία τους και συνήθως αγνοούν τις συμβουλές που τους δίνουν οι μεγαλύτεροι
- Η επιδοκίμασία των συνομηλίκων γίνεται εξίσου σημαντική με την επιδοκίμασία των γονιών
- Η θετική επίδραση πολλών ουσιών (που μετριάζουν το άγχος και προκαλούν ένα αίσθημα ευφορίας) ενδέχεται να ανακουφίζει προσωρινά τους εφήβους

από το άγχος που συχνά βιώνουν

- Οι έφηβοι δεν έχουν εμπειρία ζωής και δεν έχει ωριμάσει ακόμη η κρίση τους.
- Ο πειραματισμός είναι αναπόσπαστο τμήμα της ανάπτυξης του παιδιού
- Οι έφηβοι είναι η πιο αγαπημένη ομάδα στόχος των διαφημιστών και το βασικότερο μήνυμα που τους περνάει είναι «νιώσε έντονα συναισθήματα γρήγορα», «κατανάλωσε...και θα γίνεις μέλος της ομάδας/ θα αποκτήσεις ταυτότητα»

ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ ΓΙΑ ΚΑΦΕ (10')

ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΡΟΛΩΝ / ΔΡΑΜΑΤΟΠΟΙΗΣΗ (15')

Μια ομάδα γονέων δραματοποιεί ένα σενάριο όπου ο έφηβος κατενθουσιασμένος ετοιμάζεται να πάει σε πάρτυ και οι γονείς (και οι δύο στο σπίτι) ανησυχούν για το αν πρέπει να τον αφήσουν να βγει. Προσπαθούν να του δώσουν συμβουλές της τελευταίας στιγμής.

ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΣΤΗΝ ΟΛΟΜΕΛΕΙΑ (20')

Σκεφτείτε:

- Πώς αισθάνονται οι γονείς σ' αυτή την κατάσταση;
- Τι περιμένουμε να κάνουν οι γονείς σε καταστάσεις σαν κι αυτή;
- Τι συμβουλές θα έδιναν στους γονείς αυτούς;

ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ (10')

Ερευνητικά στοιχεία για τη ρυθμιστική συμπεριφορά των γονέων και τη συμπεριφορά των παιδιών ως προς τη χρήση ουσιών (Brook J.S. και συνεργάτες, 1990, Mendes F. και συνεργάτες 1999, Velleman R. και συνεργάτες 2000):

Η χρήση ναρκωτικών στη διάρκεια της εφηβείας μπορεί να συνδέεται άμεσα με τον τρόπο διαπαιδαγώγησης που εφαρμόζουν οι γονείς. Θετική αναδιατύπωση: η επιρροή των γονιών στα παιδιά τους σ' αυτή την ηλικία εξακολουθεί να έχει μεγάλη σημασία. Συχνά οι γονείς υποτιμούν το βαθμό της επιρροής τους και πιστεύουν ότι η επιρροή της παρέας παίζει τον καθοριστικό ρόλο στη συμπεριφορά του παιδιού τους ως προς τη χρήση ουσιών.

Ο αμοιβαίος δεσμός παιδιού-γονέα, η γονεϊκή στήριξη, η ενθάρρυνση και η εποπτεία, καθώς και οι σαφείς κανόνες σε ένα οικογενειακό περιβάλλον απαλλαγμένο από συγκρούσεις, είναι απαραίτητες προϋποθέσεις για μια υγιή ανάπτυξη και έχουν ζωτική

σημασία για την πρόληψη της χρήσης ουσιών. Η παρουσία των γονιών κοντά στα παιδιά τους ίσως είναι πιο σημαντική αυτή την περίοδο από ότι στην παιδική ηλικία

«Η αποτελεσματικότητα του συναισθηματικού δεσμού για την αποφυγή της χρήσης ουσιών ερμηνεύεται από την παρουσία των παρακάτω παραγόντων: (α) γονεϊκή θαλπωρή, η οποία κάνει τον γονιό σημαντικό για το παιδί και καθιστά περιττή την ανάγκη για αυστηρά πειθαρχικά μέτρα, (β) γονεϊκά πρότυπα αυτοελέγχου τα οποία αντιγράφει ο νέος, (γ) μια σχέση χωρίς συγκρούσεις, η οποία δημιουργεί λιγότερη ματαιώση, επιθετικότητα και ανάγκη εξέγερσης και, τέλος, (δ) μεγαλύτερη ταύτιση του νέου με τον γονέα, η οποία οδηγεί στην ενσωμάτωση των γονεϊκών αξιών και συμπεριφορών». (Brook J. S. και συνεργάτες, 1990, σ. 229)

Ένας άλλος σημαντικός οικογενειακός παράγοντας κινδύνου ως προς τη χρήση ουσιών, είναι οι στάσεις που υιοθετούν οι γονείς απέναντι στις επικίνδυνες και αντικοινωνικές συμπεριφορές των παιδιών τους. Η γονεϊκή στάση που ευνοεί τη χρήση ουσιών και την αντικοινωνική συμπεριφορά (π.χ. ανέχεται την αρνητική συμπεριφορά στο σχολείο, επιτρέπει το ξενύχτι κλπ.) έχει αναδειχτεί σταθερά ως παράγοντας κινδύνου για τη χρήση κάθε είδους ουσιών (Mendes F. και συνεργάτες, 1999).

Οι έφηβοι, εξάλλου, εκτιμούν περισσότερο τους γονείς τους αν αυτοί συμμετέχουν σε προγράμματα πρόληψης και έχουν μεγαλύτερη εμπιστοσύνη στα όσα τους λένε οι γονείς τους, καθώς αισθάνονται ότι η συμμετοχή των γονιών σε προγράμματα πρόληψης θα επηρεάσει και τις δικές τους αποφάσεις σε θέματα χρήσης ουσιών (Velleman

R. και συνεργάτες, 2000). Όταν οι γονείς συζητούν με τα παιδιά τους το θέμα αυτό, είναι σημαντικό να έχουν ακριβείς γνώσεις για την κάθε ουσία. Είναι σκόπιμο, λοιπόν, οι γονείς να λαμβάνουν τις ίδιες πληροφορίες για τις εξαρτησιογόνες ουσίες που λαμβάνουν και τα παιδιά τους από τα προγράμματα πρόληψης.

ΛΗΞΗ (15')

Πώς αισθάνονται οι γονείς με τις πληροφορίες/ τις γνώσεις που απέκτησαν σήμερα για τα παιδιά τους και τον εαυτό τους;

Συμπληρώστε τις παρακάτω φράσεις:

- Κάτι που έμαθα απόψε είναι...
- Αυτό που δεν περίμενα είναι...
- Μια λέξη που περιγράφει ένα συναίσθημα που ένιωσα είναι...

Συζητήστε τις γραπτές απαντήσεις σας με τους διπλανούς σας (ανά 2 ή το πολύ 3 άτομα) και διαλέξτε μια απάντηση που θα σχολιάσετε με τους υπόλοιπους.

2. ΜΕΓΑΛΩΝΟΝΤΑΣ ΜΑΖΙ ΜΕ ΤΟΥΣ ΕΦΗΒΟΥΣ ΜΑΣ

ΕΝΑΡΞΗ: (20')

- Ανατροφοδότηση από την προηγούμενη συνάντηση – σύνοψη των πληροφοριών για τυχόν νέους συμμετέχοντες
- Εισαγωγή στα θέματα της σημερινής συνάντησης
- Καταιγισμός ιδεών με θέμα:

«Πώς αισθάνονται οι γονείς όταν το παιδί τους μπαίνει στην εφηβεία»

ΔΙΑΛΕΞΗ: (15')

«Ας δούμε τι αλλαγές συμβαίνουν στην οικογένεια καθώς το παιδί μεγαλώνει και μπαίνει στην εφηβεία»

ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΕΣ ΜΕ ΕΦΗΒΟΥΣ

Όπως τονίστηκε ήδη στην προηγούμενη συνάντηση γονέων, η εφηβεία είναι μια εποχή κατά την οποία συμβαίνουν πολλές αλλαγές όσον αφορά την ανάπτυξη του παιδιού και πολλοί γονείς δυσκολεύονται να χειριστούν τη νέα κατάσταση που προκύπτει.

Τόνισαμε επίσης ότι, παρά το γεγονός ότι οι έφηβοι αρχίζουν να αναζητούν μια ομάδα εκτός της οικογένειας προκειμένου να ενταχθούν σε αυτή, η οικογένειά τους εξακολουθεί να παίζει σημαντικότατο ρόλο και να επηρεάζει τη συμπεριφορά και τις αποφάσεις τους.

Σε μια προσπάθεια να βρούμε εποικοδομητικές λύσεις στις πιο συνηθισμένες συγκρούσεις αυτής της περιόδου, ίσως είναι σκόπιμο να επικεντρωθούμε στα κεντρικά ζητήματα που αναφύονται στη σχέση γονέα-παιδιού κατά την εφηβεία.

Παράλληλα με τη βιολογική ωρίμανση και την ανάπτυξη νέων ικανοτήτων, το νεαρό άτομο ξεκινά μια διαδικασία με επίκεντρο την ανάγκη για ανεξαρτησία και αυτονομία.

Οι έφηβοι, στην ηλικία των 12-13 ετών, αρχίζουν να αναζητούν νέα σχήματα έξω από αυτά της οικογένειας, χωρίς ωστόσο να διαρρηγνύουν τους οικογενειακούς δεσμούς ή να παύουν να αποζητούν την οικογενειακή

ΣΤΟΧΟΙ:

- Να βοηθηθούν οι γονείς να κατανοήσουν τις αλλαγές που συμβαίνουν κατ' ανάγκη στην οικογένεια με παιδί στην εφηβεία
- Να ευαισθητοποιηθούν οι γονείς σε θέματα στρατηγικών που μπορούν να συσφίξουν τους οικογενειακούς δεσμούς

στήριξη. Ο αγώνας για την ανεξαρτητοποίηση και την αυτονόμηση είναι μια αναγκαία διαδικασία στην εξέλιξη του παιδιού και αποτελεί προϋπόθεση για την ενηλικίωση.

Η δυνατότητα ικανοποίησης των βασικών προσωπικών αναγκών και επίτευξης αυτοελέγχου συνεπάγεται επίσης την ανάληψη της ευθύνης για τις προσωπικές υποθέσεις και απόψεις. Οι γονείς συχνά διαμαρτύρονται γιατί ο έφηβος διακηρύσσει ότι είναι αρκετά μεγάλος για να είναι ανεξάρτητος, ενώ συνεχίζει να συμπεριφέρεται παιδιάστικα και ανεύθυνα από τη σκοπιά του ενήλικα.

Δεν πρέπει να ξεχνάμε ότι αναφερόμαστε σε μια μακρά διαδικασία αμφίπλευρης ανάπτυξης, κατά την οποία το παιδί μαθαίνει να αναλαμβάνει τις ευθύνες και να υφίσταται τις συνέπειες των αποφάσεων και των συμπεριφορών του, ενώ οι γονείς μαθαίνουν σταδιακά να μεταβιβάζουν την εξουσία τους στο παιδί και να το εμπιστεύονται ως αυτόνομο άτομο.

Οι γονείς παίζουν σημαντικό ρόλο στη διαδικασία αυτή, επιτρέποντας στον έφηβο να εκφράζει την άποψή του χωρίς να απεμπολούν τις δικές τους ιδέες και αξίες (αυτό είναι εξαιρετικά σημαντικό) και παράλληλα ευνοώντας τη λεγόμενη «καθοδήγηση»

του εφήβου προς την αυτονομία. Με τον όρο αυτό εννοούμε ότι οι γονείς ενθαρρύνουν τον έφηβο να εκφράσει τις σκέψεις του και τα συναισθήματά του και παράλληλα τον παρακινούν να λάβει υπόψη του και άλλες πτυχές της ζωής και την οπτική γωνία των άλλων (Mendes F. και συνεργάτες, 1999).

Στις μέρες μας οι γονείς πρέπει επίσης να λάβουν υπόψη ότι τα παιδιά κατά πάσα πιθανότητα έχουν πρόσβαση σε πολύ περισσότερες πληροφορίες από τους ίδιους (π.χ. μέσα από το διαδίκτυο) και ότι επηρεάζονται από πολλούς παράγοντες που βρίσκονται εκτός του ελέγχου των γονέων (π.χ. μηνύματα στο κινητό). Παρά ταύτα, αν και τα παιδιά ενδέχεται να είναι ικανότερα στην αναζήτηση και εύρεση πληροφοριών, οι γονείς παραμένουν αυτοί που θα τα καθοδηγήσουν για το πώς πρέπει να αξιολογήσουν τις πληροφορίες και να επιλέξουν τις καταλληλότερες γι' αυτά.

Η αυτονομία πρέπει να παραχωρείται σταδιακά εντός της οικογένειας (συμμετοχή στις οικογενειακές αποφάσεις, σεβασμός των απόψεων και των κρίσεων του εφήβου), αλλά και στον «έξω κόσμο» (επιλογή των φίλων ή του τρόπου με τον οποίο ο έφηβος θα ξοδέψει τα χρήματά του).

Αναπόφευκτο είναι στην όλη αυτή διαδικασία, ότι θα προκύψουν διαφωνίες και συγκρούσεις. Μπορεί μεν έφηβοι και γονείς να συμφωνούν ότι είναι ανάγκη να αυτονομούνται τα παιδιά, αλλά είναι αναμενόμενο να υπάρξουν αποκλίσεις απόψεων ως προς τα πεδία ελευθερίας και αυτοελέγχου, καθώς και ως προς τον καταλληλότερο χρόνο που θα επιτευχθεί η αυτονόμηση του παιδιού.

Οι έφηβοι θέλουν συνήθως να ελέγχουν τους φίλους τους και την κοινωνική τους ζωή, ενώ οι γονείς διαμαρτύρονται γιατί οι έφηβοι δε δείχνουν την ίδια διάθεση αυτονομίας όταν πρόκειται για τις σχολικές τους υποχρεώσεις. Οι γονείς μπορεί να αναγνωρίζουν ότι τα παιδιά τους είναι πια αρκετά μεγάλα για να μένουν έξω μέχρι αργά, αλλά θα εξακολουθούν να πιστεύουν ότι είναι πολύ «νωρίς» για να αποκτήσουν τόση ανεξαρτησία.

Είναι σημαντικό να αναγνωρίσουμε ότι, παράλληλα με τους εφήβους που αναζητούν την ελευθερία τους και προσπαθούν να αυτονομηθούν, και οι γονείς περνούν από μια διαδικασία επαναανακάλυψης και επαναπροσδιορισμού της ατομικής τους αυτονομίας. Οι περισσότεροι γονείς αφιερώνουν πολλά χρόνια από τη ζωή τους σχεδόν αποκλειστικά στη φροντίδα των παιδιών τους και δεν είναι εξοικειωμένοι με την ιδέα ότι τα παιδιά κάποια στιγμή θα «φύγουν» και οι ίδιοι θα χρειαστεί να επαναπροσδιορίσουν το ρόλο τους απέναντι στα παιδιά τους, στο σύντροφό τους και στην κοινωνική τους ζωή.

Παράλληλα, πολλοί γονείς περνούν από μια φάση

που είναι γνωστή ως «κρίση της μέσης ηλικίας», κατά την οποία, όπως και τα παιδιά τους, αναγκάζονται να επανεξετάσουν τις αξίες τους και τον τρόπο που έζησαν τη ζωή τους. Τα δύσκολα ζητήματα και οι συγκρούσεις που μπορεί να προκύψουν στη διάρκεια της κρίσης αυτής για τους γονείς (πόσο σημαντική ήταν η καριέρα μου, με ποιον είμαι παντρεμένος/η όλα αυτά τα χρόνια, πρέπει άραγε να φροντίσω τους δικούς μου γονείς;) αυξάνουν τις διαπραγματευτικές δυσκολίες με τον έφηβο και δεν τους επιτρέπουν να αναπτύξουν τον αναγκαίο διάλογο ή τη σταθερότητα και συνέπεια που θα έπρεπε να επιδεικνύουν οι μεγάλοι.

Ένας άλλος παράγοντας που συντελεί στις δυσκολίες που αναφέρονται στη σχέση γονέα-παιδιού κατά την εφηβεία είναι η απομυθοποίηση των γονιών εκ μέρους των εφήβων. Η αυξανόμενη αυτοπεποίθηση του εφήβου του δημιουργεί (ιδίως στα πρώιμα στάδια της εφηβείας) ένα αίσθημα «παντοδυναμίας». «Από το 'οι γονείς μου είναι οι καλύτεροι, τα ξέρουν όλα', ο έφηβος περνά στο 'εγώ τα ξέρω όλα'. Πολύ αργότερα μόνο θα μπορέσει να δεχτεί τη σχετικότητα της γνώσης» (Mendes F. και συνεργάτες, 1999).

Οι στρεσογόνοι παράγοντες που αναφέραμε παραπάνω και στους οποίους εκτίθενται οι γονείς ενδέχεται να συντελέσουν στην απώλεια της αυτοεκτίμησής τους και να τους δημιουργήσουν την αίσθηση ότι οι ίδιοι είναι ανίκανοι να κάνουν το παραμικρό. Ωστόσο, για να εξελιχθεί η οικογένεια και να ωριμάσει ο έφηβος, είναι σημαντικό να αναγνωρίσουν οι γονείς τα δικά τους αισθήματα ματαιώσης και απόρριψης και να μάθουν να αντιμετωπίζουν την απώλεια της αγάπης, του θαυμασμού και του απεριόριστου κύρους που βίωναν στο προηγούμενο στάδιο ανάπτυξης του παιδιού.

Η εφηβεία των παιδιών μπορεί να δώσει μια αναγκαία ώθηση για την ανανέωση της ζωής της οικογένειας. Αυτό μπορεί να συμβεί μέσα από μια ισοδύναμη διαδικασία αυτονόμησης τόσο των γονέων όσο και του παιδιού, η οποία συνεπάγεται αναγκαστικά κέρδη και απώλειες και για τις δύο πλευρές. Δεν πρέπει να αρνούμαστε τις διαφορές των γενεών που συνυπάρχουν στο πλαίσιο της οικογένειας. Αντίθετα, οι διαφορές αυτές είναι ζωτικής σημασίας για την ανάπτυξη και τη συνεχή πρόοδο του συστήματος της οικογένειας, καθώς δημιουργούν τη δυνατότητα αποδοχής και διαπραγμάτευσης. Από την άλλη, οι έφηβοι δεν είναι ούτε αδάμαστα «θηρία» ούτε «καημένα», όπως ακριβώς οι γονείς τους δεν είναι ούτε θύματα ούτε θύτες τους, πόσο μάλλον δεν είναι «δημιουργοί» τους (Satir V, 1991 που παρατίθεται στο Mendes F. και συνεργάτες, 1999).

Καθώς τα παιδιά εισέρχονται σε μια περίοδο σύγχυσης και ανάμεικτων συναισθημάτων, οι γονείς πρέπει να επιδείξουν σταθερότητα, αποφασιστικότητα και

στήριξη. Παρότι οι έφηβοι οικοδομούν σταδιακά την ταυτότητά τους και την αυτονομία τους με βάση τη διαφορετική αντίληψη και τη διαφωνία με τους γονείς τους, η ύπαρξη σαφών ορίων και κανόνων αποτελεί απαραίτητη προϋπόθεση, που επιτρέπει στους εφήβους να αξιολογήσουν εκ του ασφαλούς κατά πόσον είναι ορθές και αποδεκτές οι πεποιθήσεις και οι επιλογές τους.

Με άλλα λόγια, οι έφηβοι χρειάζονται να είναι οι γονείς τους δυναμικοί και να σταθούν πλάι τους την περίοδο που εκείνοι κινούνται εκτός των συνόρων της οικογένειας. Όπως ακριβώς το μικρό παιδί την ώρα που κάνει τα πρώτα του βήματα προς τους άλλους, κοιτάζει πίσω του για να βεβαιωθεί ότι είναι κοντά του η μητέρα του, έτσι και οι έφηβοι χρειάζονται έναν ισχυρό συναισθηματικό δεσμό με την οικογένειά τους προκειμένου να κινηθούν προς την ανεξαρτησία. Η εφηβεία, κατά συνέπεια, είναι μια περίοδος κατά την οποία ο γονιός πρέπει να ασκεί με προσοχή και συνέπεια τα γονεϊκά του καθήκοντα, και όχι μια περίοδος καυγάδων και τσακωμών.

ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΣΤΗΝ ΟΛΟΜΕΛΕΙΑ: (15')

Διευκρινιστικές ερωτήσεις και παρατηρήσεις επί της διάλεξης

ΕΡΓΑΣΙΑ ΣΕ ΜΙΚΡΕΣ ΟΜΑΔΕΣ: (15')

- Συζητήστε στις ομάδες τα παρακάτω θέματα:
Πώς μπορούν οι γονείς να αντιμετωπίσουν τις αλλαγές στους οικογενειακούς ρόλους; Ποιες είναι οι θετικές επιπτώσεις της εφηβείας στη ζωή τους;

ΑΝΑΚΕΦΑΛΑΙΩΣΗ: (15')

- Συνοψίστε τις απόψεις κάθε ομάδας. Ενθαρρύνετε τις θετικές στρατηγικές – σχολιάστε τις αρνητικές.

ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ ΓΙΑ ΚΑΦΕ (10')

ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΡΟΛΩΝ/ ΔΡΑΜΑΤΟΠΟΙΗΣΗ (60')

ΘΕΜΑ: Η ΑΥΤΟΝΟΜΙΑ ΕΝΤΟΣ ΚΑΙ ΕΚΤΟΣ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ

Μια ομάδα γονέων δραματοποιεί ένα σενάριο όπου γίνεται συζήτηση για να προγραμματιστούν οι καλοκαιρινές διακοπές και οι γονείς προσπαθούν να σεβαστούν τη γνώμη και την επιθυμία του παιδιού τους που είναι στην εφηβεία.

Μια άλλη ομάδα γονέων δραματοποιεί ένα σενάριο όπου γίνεται συζήτηση για τους φίλους του εφήβου και οι γονείς εκφράζουν τις επιφυλάξεις τους γι' αυτούς, προσπαθώντας όμως να μην προσβάλουν τον έφηβο και να μην τσακωθούν μαζί του. (οι φίλοι είναι μεγαλύτερης ηλικίας και οι γονείς πιστεύουν ότι χρησιμοποιούν ουσίες).

Η ολομέλεια καλείται να πει τη γνώμη της και στις δυο δραματοποιήσεις για τα εξής θέματα:

- I. Πώς νιώθει ο έφηβος;
- II. Πώς νιώθει η μητέρα;
- III. Πώς νιώθει ο πατέρας;
- IV. Τι αποτέλεσμα πιστεύουν ότι θα έχουν οι συζητήσεις αυτές στην οικογενειακή ζωή;
- V. Τι συμβουλές θα έδιναν στους γονείς της οικογένειας αυτής;

ΑΝΑΚΕΦΑΛΑΙΩΣΗ (15')

- Επισημάνετε την ανάγκη συναισθηματικών δεσμών στην οικογένεια ως προστατευτικού παράγοντα για τον έφηβο
- Συζητήστε καταστάσεις στις οποίες μπορούν να συσφιχθούν οι οικογενειακοί δεσμοί

ΛΗΞΗ (15')

Πώς αισθάνονται οι γονείς με τις πληροφορίες/τις γνώσεις που απέκτησαν σήμερα για τα παιδιά τους και τον εαυτό τους;

Συμπληρώστε τις παρακάτω φράσεις:

- Κάτι που έμαθα απόψε είναι...
- Αυτό που δεν περίμενα είναι...
- Μια λέξη που περιγράφει ένα συναίσθημα που ένιωσα είναι...

Συζητήστε τις γραπτές απαντήσεις σας με τους διπλανούς σας (ανά 2 ή το πολύ 3 άτομα) και διαλέξτε μια απάντηση που θα σχολιάσετε με τους υπόλοιπους.

3. Η ΚΑΛΗ ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΑΠΑΙΤΕΙ ΚΑΝΟΝΕΣ ΚΑΙ ΟΡΙΑ

ΈΝΑΡΞΗ: (30')

- Ανατροφοδότηση από την προηγούμενη συνάντηση – σύνοψη των πληροφοριών για τυχόν νέους συμμετέχοντες
- Εισαγωγή στα θέματα της σημερινής συνάντησης
- Καταιγισμός ιδεών στα ερωτήματα:
«Ως γονείς εφήβων τι θέλουμε να πετύχουμε στην ανάπτυξη του παιδιού μας;»
«Πώς θα περιγράφατε έναν αρκετά καλό γονιό;»
(Πιθανή σύνοψη: Οι περισσότεροι γονείς επιθυμούν το καλύτερο για τα παιδιά τους. Δεν υπάρχει ο ιδανικός γονιός, υπάρχουν όμως τρόποι διαπαιδαγώγησης που βοηθούν εξαιρετικά το παιδί να εξελιχθεί σε υπεύθυνο και αυτόνομο άτομο)

ΔΙΑΛΕΞΗ: (20')

Ας δούμε τις πιο συνηθισμένες στρατηγικές που χρησιμοποιούν οι γονείς στις σχέσεις τους με τα παιδιά και τα αποτελέσματα που αυτές μπορεί να έχουν στη συμπεριφορά του εφήβου.

ΤΡΟΠΟΙ ΔΙΑΠΑΙΔΑΓΩΓΗΣΗΣ

Όπως τονίστηκε ήδη στις προηγούμενες συναντήσεις μας, στη διάρκεια της εφηβείας επέρχονται ριζικές αλλαγές στη σχέση γονέων-παιδιών και πρέπει να αναζητηθεί μια νέα ισορροπία ως προς την επιρροή και την εξουσία που ασκούν οι γονείς στον έφηβο. Παρά ταύτα, στη συγκεκριμένη ηλικία, οι γονείς εξακολουθούν να ασκούν αποφασιστική επίδραση στην ανάπτυξη του παιδιού τους. Ο τρόπος που θα επιλέξουν να διαπαιδαγωγήσουν και να πειθαρχήσουν τον έφηβο που επιδιώκει την ανεξαρτησία του, όπως και οι συγκρούσεις που θα προξενήσει ο τρόπος αυτός, έχει άμεσο αντίκτυπο στη συμπεριφορά και τις επιλογές του εφήβου.

Θα πρέπει να επισημάνουμε ότι, εξετάζοντας τους διάφορους τρόπους διαπαιδαγώγησης, δεν

ΣΤΟΧΟΙ:

- Να συζητήσουμε με τους γονείς τους διάφορους τρόπους διαπαιδαγώγησης
- Να ενθαρρυνθούν οι γονείς να επιδείξουν σταθερότητα και αποφασιστικότητα όταν θέτουν κανόνες και όρια
- Να βοηθηθούν οι γονείς προκειμένου να θέσουν σαφείς κανόνες στην οικογένεια και να βελτιώσουν τις διαπραγματευτικές τους δεξιότητες

έχουμε την πρόθεση να κατηγορήσουμε ή να ενοχοποιήσουμε τους γονείς. Στην προσπάθειά τους να προσδιορίσουν τον τρόπο με τον οποίο θα φέρονται στα παιδιά τους, οι γονείς προσφεύγουν κυρίως στις μεθόδους που «κληρονόμησαν» από τους δικούς τους γονείς και στην προσωπική τους εμπειρία. Μερικές φορές αποκτά ιδιαίτερη σημασία γι' αυτούς να μην επαναλάβουν τα λάθη που έκαναν οι γονείς τους. Άρα, οποιαδήποτε προσπάθεια να κατηγορήσουμε τους γονείς για τις πεποιθήσεις τους περί διαπαιδαγώγησης θα έπρεπε να συμπεριλάβει και όλες τις προηγούμενες γενιές. Εξάλλου, τις τελευταίες δεκαετίες έχει δημιουργηθεί μια σύγχυση στους γονείς λόγω των αντιφατικών συμβουλών των ειδικών. Μπορεί οι ίδιοι να μεγάλωσαν σε μια εποχή όπου η κατεξοχήν συνιστώμενη μέθοδος πειθαρχίας που θα έκανε τα παιδιά υπεύθυνα άτομα,

να ήταν η τιμωρία και η επιβράβευση, ενώ μερικά χρόνια αργότερα οι ειδικοί συνιστούσαν στους γονείς να αφήνουν τα παιδιά τους να εκφράζονται ελεύθερα χωρίς κανέναν περιορισμό.

Προφανώς όλα αυτά είχαν αρνητικό αντίκτυπο στην αξιοπιστία των θεωριών περί διαπαιδαγώγησης. Ωστόσο, δεν πρέπει να παραβλέπουμε ότι οι αξίες και οι αντιλήψεις σε θέματα διαπαιδαγώγησης απηχούν και τις αξίες και τις αντιλήψεις της κοινωνίας στην οποία ζούμε.

Σήμερα τα παιδιά μαθαίνουν τα δικαιώματά τους, ενώ οι λέξεις δημοκρατία και ισότητα αποτελούν κομμάτι του λεξιλογίου τους. Ταυτόχρονα όμως η ανάγκη αυτοελέγχου και οριοθέτησης στην ικανοποίηση των αναγκών, αναδύεται ως προϋπόθεση για μια δίκαιη κοινωνία και ένα υγιές μέλλον.

Οι γονείς χρειάζεται να προσαρμόσουν τις αξίες και τις πεποιθήσεις τους στις αλλαγές που συμβαίνουν στον κόσμο εκτός του οικογενειακού πλαισίου και κάποιες φορές ενδέχεται να πρέπει ακόμη και να αναθεωρήσουν τις αντιλήψεις τους για τον τρόπο διαπαιδαγώγησης που χρησιμοποιούν.

Η προσπάθεια να περιγράψουμε αναποτελεσματικές μεθόδους πειθαρχίας οδηγεί αναπόφευκτα σε γενικεύσεις ή ακόμη και σε υπεραπλουστεύσεις. Παρά ταύτα, θα μπορούσαμε να αναφέρουμε δύο γενικές μεθόδους πειθαρχίας που δεν ενθαρρύνουν την ανάπτυξη υπεύθυνης και ανεξάρτητης συμπεριφοράς στο παιδί: την ακραία καταπίεση και την απόλυτη ελευθερία.

Διαπαιδαγωγώντας έναν έφηβο, ο γονιός μπαίνει σε μια διαδικασία αλλαγής και αμφίπλευρης ανάπτυξης. Η ενεργός παρουσία του γονιού και η στενή του σχέση με το παιδί θεωρείται πολύ πιο σημαντική στο στάδιο αυτό απ' ό,τι σε οποιοδήποτε άλλο. Θα μπορούσαμε να περιγράψουμε το ρόλο των γονιών στο στάδιο αυτό ως εξής: «χρειάζεται να αφουγκράζονται το παιδί, να το κινητοποιούν χωρίς να το κατευθύνουν, να το στηρίζουν στην αποτυχία και να το επαινούν στην επιτυχία» (Sampaio, 1994:42 που παρατίθεται στο Mendes F. και συνεργάτες, 1999). Αυτός ο τρόπος διαπαιδαγώγησης μπορεί να περιγραφεί και ως «καθοδήγηση» του έφηβου στη διαδικασία εξατομίκευσής του.

Με αυτό το γονεϊκό ρόλο δίνεται η ευκαιρία στους εφήβους να αναλάβουν την ευθύνη της συμπεριφοράς τους και να βιώσουν τις θετικές ή αρνητικές συνέπειες των επιλογών τους.

Είναι σημαντικό οι γονείς να δίνουν στα παιδιά την ευκαιρία να κάνουν λάθη, να βιώσουν την αποτυχία όπως και την επιτυχία, να μάθουν να αντιμετωπίζουν την απογοήτευση όταν δεν εκπληρώνονται οι

επιθυμίες τους ή όταν πρέπει να περιμένουν για να πάρουν αυτό που θέλουν.

Αν οι γονείς παραμερίζουν όλες τις δικές τους ανάγκες για να δώσουν «τα πάντα» στο παιδί, μπορεί να γίνουν «υπερπροστατευτικοί» και να περιορίσουν την ικανότητα του εφήβου να διαχειρίζεται τις δυσκολίες ή να ελέγχει τον εαυτό του.

Επίσης, αν οι γονείς είναι υπερβολικά ανεκτικοί και δεν βάζουν κανόνες στην οικογένεια, οι έφηβοι δεν θα αποκτήσουν την ικανότητα να προσαρμόζονται τη συμπεριφορά τους σε εξωτερικούς περιορισμούς και κανόνες.

Οι γονείς, όταν δεν παίρνουν μια σταθερή και δυναμική θέση κατά τη διαπραγμάτευση με τον έφηβο, δεν τον βοηθούν να συνειδητοποιήσει την αξία που έχουν οι κανόνες στη ζωή και την αναγκαιότητα να λαμβάνει υπόψη του τις ανάγκες των άλλων, στερώντας του με τον τρόπο αυτό τις απαραίτητες προϋποθέσεις για να αναπτύξει ηθική κρίση.

Κατά τον ίδιο τρόπο, εάν οι έφηβοι υπόκεινται σε υπέρμετρο έλεγχο ή καταπίεση από τους γονείς τους, δεν θα αποκτήσουν την ικανότητα να προσαρμόζονται τη συμπεριφορά τους στους κανόνες και τα όρια ή να δρουν ανεξάρτητα, εφόσον είτε θα αναλώνονται στην εναντίωση με τους αυστηρούς κανόνες, είτε θα υφίστανται τον απόλυτο έλεγχο των άλλων.

Σύμφωνα με μελέτες για τις επιπτώσεις των διαφόρων τρόπων διαπαιδαγώγησης σε διάφορα πολιτισμικά περιβάλλοντα (Mendes F. και συνεργάτες, 1999), όσο περισσότερο οι γονείς συζητούν και μοιράζονται τις αποφάσεις τους με τα παιδιά τους, τόσο λιγότερη μοιρολατρική στάση υιοθετούν τα παιδιά, τόσο περισσότερο αισθάνονται ανεξάρτητα και ελεύθερα και αναπτύσσουν την αυτοεκτίμησή τους και τον εσωτερικό έλεγχο. Διαπιστώθηκε επίσης ότι η υπερβολική ανεκτικότητα εκ μέρους του γονιού, οδηγεί σε κλιμάκωση της συμπεριφοράς του παιδιού, η οποία σύντομα ξεφεύγει από τον έλεγχο του γονιού και εκφράζεται με απόρριψη του γονέα και αντικοινωνική συμπεριφορά. Στον ίδιο άξονα κινούνται και τα συμπεράσματα της έρευνας που πραγματοποιήθηκε από τους Mendes F. και συνεργάτες 1999, σύμφωνα με τα οποία, οι ριψοκίνδυνες στάσεις των γονέων απέναντι στην πειθαρχία και την αντικοινωνική συμπεριφορά (δηλαδή ανοχή απέναντι σε αντικοινωνική συμπεριφορά του παιδιού) θεωρούνται οικογενειακός παράγοντας κινδύνου για τη χρήση ουσιών.

Στην εφηβεία οι γονείς καλούνται να επιδείξουν σταθερότητα. Αντί να αρνούνται τη γονεϊκή εξουσία, πρέπει να μάθουν πώς να την προσαρμόζουν και να την ασκούν με ευελιξία ανάλογα με την κατάσταση.

«Αν οι γονείς δεχτούν ότι η αντιπαράθεση είναι απαραίτητη για το καλό των παιδιών τους, θα χαράξουν σταθερά σύνορα και θα τους προσφέρουν κάτι ενάντια στο οποίο να αντιπαρατεθούν» (Skinner R. & Cleese J., 1990: 261-262). Φυσικά τα σύνορα αυτά θα πρέπει γκρεμίζονται σταδιακά, δεδομένου ότι, καθώς τα παιδιά μεγαλώνουν και γίνονται πιο ανεξάρτητα, έχουν ανάγκη από περισσότερο χώρο.

Είναι σημαντικό να γίνει σαφής διάκριση ανάμεσα στις σταθερές πεποιθήσεις και στην καταπίεση ή στον υπέρμετρο έλεγχο. Οι γονείς μπορεί να θέλουν να ελέγχουν τις πράξεις του εφήβου, χωρίς αυτό να σημαίνει απαραίτητα ότι δεν σέβονται την ικανότητά του να αποφασίζει.

Ωστόσο, εκφράσεις όπως «Θα το κάνεις γιατί το λέω εγώ» ή «Είσαι πολύ μικρός για να ξέρεις το καλό σου» πρέπει να αποφεύγονται. Μια προτεινόμενη διατύπωση θα μπορούσε να είναι «Πες μου τις δικές σου εμπειρίες και πες μου γιατί πιστεύεις ότι έχω άδικο».

Είναι σκόπιμο οι έφηβοι να γνωρίζουν τα όρια που θέτουν οι γονείς τους, αλλά και να έχουν τη δυνατότητα να διαπραγματευτούν τους κανόνες που ίσως χρειαστεί να τεθούν (π.χ. δουλειές του σπιτιού ή διάβασμα για το σχολείο, ώρα επιστροφής στο σπίτι κλπ.).

Όταν βάζετε κανόνες στην οικογένεια, θα πρέπει να προσέξετε τα εξής:

- Προσπαθήστε να συμμετέχει και ο έφηβος στον καθορισμό των κανόνων, αλλά και των συνεπειών σε περίπτωση παραβίασης των κανόνων αυτών.
- Ξεχωρίστε τους σημαντικούς τομείς που θέλετε να ελέγχετε από τους ασήμαντους.
- Ξεχωρίστε τους αδιαπραγμάτευτους κανόνες από τους κανόνες που μπορούν να συζητηθούν
- Προσδιορίστε πεδία ανεξαρτησίας για τον έφηβο (ρούχα, δωμάτιο κλπ.).
- Επιδείξτε σαφήνεια και σταθερότητα όταν υπενθυμίζετε τους κανόνες που συμφωνήθηκαν.
- Συνειδητοποιήστε τις δικές σας στάσεις, όρια και προσδοκίες
- Προσπαθήστε να τηρείτε πρώτοι εσείς αυτά που λέτε.

Οι έφηβοι, ιδίως στην ηλικία των 12-13, μπορεί να δυσκολεύονται πολύ να σεβαστούν τους κανόνες, ακόμη κι αν συμφωνούν με αυτούς. Αν λάβετε υπόψη σας ότι στη συγκεκριμένη αναπτυξιακή φάση επηρεάζονται πάρα πολύ από το εδώ και τώρα, είναι κατανοητό το ότι συνήθως ανταποκρίνονται στην άμεση κατάσταση (ένας φίλος θέλει να μου εξομολογηθεί ένα μυστικό μετά το σχολείο) παρά στη συμφωνία με το γονιό (πρέπει να γυρίσω σπίτι

αμέσως μετά το σχολείο ή αλλιώς να ειδοποιήσω ότι θα αργήσω). Το γεγονός ότι ο γονιός κατανοεί τη συγκεκριμένη συμπεριφορά δεν σημαίνει ότι πρέπει να την αποδεχθεί κιόλας, αλλά του επιτρέπει να είναι πιο επεικής όταν προσπαθεί να τη διορθώσει.

Όπως επισημαίνει ο Bob Myers (1996: 84): «Η πολύχρονη πείρα μου από απείθαρχους εφήβους μου έχει διδάξει ότι όσο περισσότερο έλεγχο ασκούμε στο παιδί, τόσο λιγότερη επιρροή ασκούμε στη συμπεριφορά του. Όσο περισσότερο έλεγχο ασκούμε στη δική μας συμπεριφορά ως γονείς, τόσο μεγαλύτερη επιρροή ασκούμε στη συμπεριφορά του παιδιού».

ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΣΤΗΝ ΟΛΟΜΕΛΕΙΑ: (10')

Διευκρινιστικές ερωτήσεις και παρατηρήσεις επί της διάλεξης

ΕΡΓΑΣΙΑ ΣΕ ΜΙΚΡΕΣ ΟΜΑΔΕΣ: (20')

Γράψτε 5 –10 καταστάσεις στη σχέση σας με τα παιδιά σας που προκαλούν ή θα μπορούσαν να προκαλέσουν διαφωνίες στο σπίτι. Ξεχωρίστε τις διαπραγματεύσιμες καταστάσεις από τις αδιαπραγμάτευτες. Θέστε σαφή όρια για τις δεύτερες (Δεν δέχομαι το παιδί μου να παίρνει ναρκωτικά!) και σκεφτείτε αποδεκτούς κανόνες για τις πρώτες.

ΑΝΑΚΕΦΑΛΑΙΩΣΗ: (30')

(α) Συνοψίστε την παρουσίαση κάθε ομάδας.

(β) Συζητήστε μερικές γενικές καθοδηγητικές αρχές για τη διαπραγμάτευση:

- Τα όρια και οι κανόνες, που συμφωνούνται με διαπραγμάτευση μεταξύ γονέων και παιδιών, επιτρέπουν στα παιδιά να αποφασίζουν, να αισθάνονται ασφάλεια και ελευθερία και να μάθουν να συνεργάζονται και να είναι υπεύθυνα.
- Εξωτερικεύστε τους κανόνες (ξεχωρίστε το πρόσωπο από το πρόβλημα): Οι κανόνες είναι λύσεις σε προβλήματα του παρελθόντος, λύσεις που μπορούν να συζητηθούν και αν υπάρχει ανάγκη να αλλαχθούν και να μετατραπούν σε νέους κανόνες. Οι κανόνες αποτελούν ευθύνη όλων όσων συμβάλλουν σε αυτούς, όχι μόνο του γονιού.
- Οι κανόνες πρέπει να σέβονται τις ανάγκες όλων των μερών: Το θέμα δεν είναι να συμβιβαστούν οι διάφορες απαιτήσεις (γονιού και εφήβου), αλλά να βρεθούν λύσεις που θα λαμβάνουν υπόψη τις

ανάγκες όλων των μερών.

- Οι γονείς πρέπει να διαθέτουν και ένα σχέδιο εκτάκτου ανάγκης, σε περίπτωση που το παιδί αρνείται να διαπραγματευτεί ή η διαπραγμάτευση αποτύχει.
- Να είστε θετικά - δυναμικοί (σεβαστείτε το δικαίωμα όλων στην ασφάλεια και τον εύλογο πειραματισμό.)
- Είναι δικαίωμα και καθήκον σας ως γονιών να λέτε ΟΧΙ.

(γ) «Σπάζοντας τους κανόνες»: Τι μπορούν να κάνουν οι γονείς

- Εισαγάγετε την έννοια των «λογικών και κοινωνικών συνεπειών της συμπεριφοράς» ως έναν εναλλακτικό τρόπο για να αντιμετωπίσουν οι γονείς την αρνητική συμπεριφορά του παιδιού τους.

Σημαντικά σημεία:

- Οι συνέπειες που επιβάλλονται στον έφηβο για τη συμπεριφορά του να είναι πράγματι λογικές.
- Ο έφηβος να έχει έλεγχο πάνω στις συνέπειες (οι συνέπειες να έχουν συμφωνηθεί και εφόσον ο έφηβος αλλάξει συμπεριφορά να διαφοροποιούνται και οι συνέπειες).
- Οι γονείς χρειάζεται να είναι σταθεροί και συνεπείς όταν επιβάλλουν συνέπειες στο παιδί τους.
- Όταν οι γονείς προσπαθούν να μεταδώσουν αρχές και αξίες στα παιδιά τους είναι σημαντικό «να πράττουν οι ίδιοι αυτά που κηρύττουν».
- Οι γονείς μπορούν να προσπαθήσουν να πείσουν τους έφηβούς τους να συνεργαστούν και να αλλάξουν τη συμπεριφορά τους, εξηγώντας τους πώς οι ίδιοι νιώθουν για τη συγκεκριμένη συμπεριφορά και ποιες επιπτώσεις έχει σε αυτούς.
- Επίσης, οι γονείς έχουν τη δυνατότητα καθώς χρησιμοποιούν την αρχή της συνεργατικότητας, προκειμένου να πειθαρχήσουν τον έφηβο που δεν τηρεί τους κανόνες, να αρνηθούν οι ίδιοι να συνεργαστούν.
- Οι γονείς χρειάζεται να θυμούνται ότι χρησιμοποιούν μεθόδους πειθαρχίας προκειμένου να διαπαιδαγωγήσουν υπεύθυνα παιδιά.

Μετά από λίγα λεπτά αντιστρέψτε τους ρόλους των ομάδων.

Ζητήστε τους να σας πουν πώς αισθάνθηκαν λέγοντας ΟΧΙ.

ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΡΟΛΩΝ/ ΔΡΑΜΑΤΟΠΟΙΗΣΗ (30')

Διαλέξτε μια κατάσταση διαμάχης (ή δύο αν υπάρχει αρκετός χρόνος) μεταξύ γονέων και εφήβων από αυτές που περιγράφηκαν, η οποία να περιλαμβάνει και κατανάλωση ναρκωτικών. Διαλέξτε εθελοντές που προθυμοποιούνται να δραματοποιήσουν την κατάσταση. Αφήστε τους να παρουσιάσουν τη σκηνή που επέλεξαν. Μετά τη δραματοποίηση, ζητήστε τους να παγώσουν σαν αγάλματα και ρωτήστε τους υπόλοιπους: Γιατί πιστεύετε ότι ο καθένας συμπεριφέρεται έτσι όπως συμπεριφέρεται; Πώς αισθάνονται σ' αυτή την κατάσταση; Τι θα συμβούλευαν τη συγκεκριμένη οικογένεια να κάνει;

ΛΗΞΗ (15')

Πώς αισθάνονται οι γονείς με τις πληροφορίες/ τις γνώσεις που απέκτησαν σήμερα για τα παιδιά τους και τον εαυτό τους;

Συμπληρώστε τις παρακάτω φράσεις:

- Κάτι που έμαθα απόψε είναι....
- Αυτό που δεν περίμενα είναι...
- Μια λέξη που περιγράφει ένα συναίσθημα που ένιωσα είναι...

Συζητήστε τις γραπτές απαντήσεις σας με τους διπλανούς σας (ανά 2 ή το πολύ 3 άτομα) και διαλέξτε μια απάντηση που θα σχολιάσετε με τους υπόλοιπους.

ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ ΓΙΑ ΚΑΦΕ (10')

ΑΣΚΗΣΗ: ΜΑΘΕΤΕ ΝΑ ΛΕΤΕ ΟΧΙ (20')

Χωρίστε τους γονείς σε δύο ομάδες, Α και Β.

Η ομάδα Α ζητά κάτι (π.χ. «μπορείς να μου δανείσεις χρήματα») και η ομάδα Β πρέπει να πει ΟΧΙ με αποφασιστικό αλλά ευγενικό τρόπο. Ζητήστε τους να κάνουν μια βόλτα στην αίθουσα και να πουν ΟΧΙ σε όσο το δυνατόν περισσότερους ανθρώπους.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Brook J.S., Brook D.W., Gordon A. S., Whiteman M. & Cohen P. (1990): The Psychosocial Etiology of Adolescent Drug Use: A Family Interactional Approach. Genetic, Social and General Psychology Monographs, 116, 2.
- Dinkmeyer D., McKay G.D. (1983) The Parent's Guide. The step approach to parenting your teenager. American Guidance Service
- Mendes F., Relvas A.P., Lourenço M., Reccio J.L, Pietralunga S., Broyer G., Bussac H., Calafat A., Stocco P. (1999) Family relationships and primary prevention of drug use in early adolescence. IREFREA.Coimbra – Portugal
- Myers B. (1996) Raising responsible teenagers. Jessica Kingsley Publishers. London
- Petraitis J., Flay, B.R. & Miller, T.Q. (1995). Reviewing theories of adolescent substance use: Organising pieces of the puzzle. Psychological Bulletin, 117, 67-96
- Velleman Richard, Mistral Willm & Sanderling Lora (2000). Taking the message home: involving parents in drug prevention. University of Bath.
- Simons-Morton B., Crump A.D., Haynie D.L., Saylor K.E., Eitel P. & Yu K. (1999) Psychosocial, School and Parent Factors Associated with Recent Smoking among Early – Adolescent Boys and Girls. Preventive Medicine 28, 138 –148.
- Skinner R., Cleese J. (1990) Family and How to Survive it. Methuen.
- Steinberg L., Lamborn S.D., Dornbusch S.M. & Darling N. (1992). Impact of parenting practices on adolescent achievement: Authoritative parenting, school involvement, and encouragement to succeed. Child Development, 63, 1266-1281.