

ΝΕΑ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΓΛΩΣΣΑ

Α΄ ΛΥΚΕΙΟΥ

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ: ΕΦΗΒΕΙΑ

Κείμενο

Πώς μπορούν οι γονείς να καταλάβουν όσα δεν λένε οι έφηβοι;

Στο κείμενο, δημοσιευμένο στις 7. 12. 2017 στο efiveia.gr, η ψυχολόγος Βασιλική Τσούτσου παρουσιάζει χαρακτηριστικά της εφηβικής ηλικίας δίνοντας παράλληλα συμβουλές στους γονείς για την αποφυγή της ρήξης με τα παιδιά τους.

Ένα χαρακτηριστικό της εφηβείας είναι η αλλαγή στην εκδήλωση των συναισθημάτων. Συνήθως οι έφηβοι κλείνονται στον εσωτερικό τους κόσμο και αποφεύγουν να εκφράσουν τα **ουσιαστικά συναισθήματά τους**.

Τα πιο συχνά συναισθήματα που βλέπουν οι γονείς από έναν έφηβο είναι ο θυμός και η μελαγχολία. Τότε αποδίδουν αυτά τα συναισθήματα στην περίοδο της εφηβείας. Όμως, είναι και άλλα συναισθήματα που βιώνουν οι έφηβοι τα οποία δεν γίνονται εύκολα αντιληπτά. Για παράδειγμα, το συναίσθημα της ντροπής ή της ενοχής, που μπορεί να νιώθει ένας έφηβος για κάποιο γεγονός που έγινε στην παρέα του ή στο σχολείο, δεν εξωτερικεύεται εύκολα. Συνήθως θα εκδηλωθεί με θυμό ή απομόνωση. Τότε οι γονείς ανησυχούν και, ιδιαίτερα στην περίπτωση της απομόνωσης του εφήβου, τα πράγματα είναι πιο δύσκολα.

Αυτό που είναι σημαντικό να προσέχουν οι γονείς είναι αρχικά το χρονικό διάστημα που διαρκεί η απομόνωση. Κατά πόσο δηλαδή ξεπερνάει τις συνηθισμένες τάσεις απομόνωσης του εφήβου. Δεν υπάρχει σωστό και λάθος στην χρονική περίοδο, όμως ο γονιός μπορεί να παρατηρήσει διαφοροποίηση σε σχέση με τις συνηθισμένες περιόδους μελαγχολίας.

Επίσης, είναι σημαντικό να δουν κατά πόσο αυτή η κατάσταση έχει επηρεάσει την κοινωνική ζωή του εφήβου. Τι έχει αλλάξει; Η επικοινωνία με τους φίλους είτε μέσω ίντερνετ είτε από κοντά έχει επηρεαστεί; Μπορεί να έχει συμβεί κάτι στον κοινωνικό του περίγυρο και για αυτό να έχει αλλάξει τη συμπεριφορά του.

Ακόμη, καλό είναι να παρατηρήσουν αν έχει αλλάξει **βασικές** καθημερινές **συνήθειες**, όπως το φαγητό, τη φροντίδα του εαυτού και τον ύπνο. Συνήθως η

παραμέληση του εαυτού, η διαταραχή όρεξης (ανορεξία ή βουλιμία) και η διαταραχή στον ύπνο (αϋπνία ή υπνηλία) είναι οι πιο **εμφανείς ενδείξεις** ότι κάτι σοβαρό απασχολεί τον έφηβο. Ωστόσο, και εδώ ο γονιός μπορεί να ξεχωρίσει αν είναι κάτι που συμβαίνει συχνά ή κάτι που είναι ξαφνικό.

Σε αυτή τη διάρκεια της εσωτερίκευσης των συναισθημάτων η συζήτηση με τον έφηβο βοηθάει πολύ, ωστόσο είναι κάτι δύσκολο να συμβεί, εφόσον ο ίδιος δεν το επιθυμεί. Γι' αυτό είναι καλό οι γονείς να δείξουν πως είναι κοντά του με κάποιον άλλο τρόπο. Μια βόλτα, ένα σινεμά ακόμη και η παρακολούθηση μιας ταινίας στο σπίτι είναι κάποιοι **εναλλακτικοί τρόποι** να δείξουν ότι είναι διαθέσιμοι να συζητήσουν όταν ο ίδιος το επιθυμεί. Οι **πιεστικές ερωτήσεις** και η παρακολούθηση των προσωπικών δεδομένων του παιδιού πιθανότατα θα έχουν αντίθετα αποτελέσματα.

Η καλή και ανοιχτή σχέση με τον έφηβο είναι κάτι που καλλιεργείται από την παιδική ηλικία. Εφόσον ο έφηβος γνωρίζει βιωματικά ότι οι γονείς του δεν θα κρίνουν αρνητικά κάθε του κίνηση και ότι τον αποδέχονται, όπως είναι, τότε είναι πολύ πιθανόν να εκφράσει το συναίσθημά του, όταν ο ίδιος το επιθυμεί. Τότε οι γονείς θα βρίσκονται δίπλα του και όχι απέναντί του.

ΘΕΜΑ 2β

ουσιαστικά συναισθήματα, βασικές συνήθειες, εμφανείς ενδείξεις, εναλλακτικοί τρόποι, πιεστικές ερωτήσεις.

Στα παραπάνω ονομαστικά σύνολα να αντικαταστήσεις τα επίθετα με άλλα νοηματικά ισοδύναμα.

Μονάδες 10

ΘΕΜΑ 3

Σε ημερίδα που διοργανώνει το σχολείο σου με τη συμμετοχή μαθητών, γονέων και ειδικών-ψυχολόγων αναλαμβάνεις με εισήγησή σου 250-300 λέξεων να παρουσιάσεις τα ζητήματα που κατά τη γνώμη σου συχνά προκαλούν στους συνομηλίκους σου συναισθήματα θυμού και μελαγχολίας, όπως επισημαίνεται στην αρχή του κειμένου.

Μπορείς να αντλήσεις στοιχεία από το κείμενο αναφοράς, καθώς και από την εμπειρία σου.

Μονάδες 40