

Θα ήθελα να ρωτήσω πώς θα μπορούσε κανείς να ξεκόψει ένα 15 χρόνο αγόρι από μια παρέα φίλων που

έχει αποδειχθεί κακή για τους γονείς. **(Ερώτημα αναγνώστριας/)**

Απαντά η Δρ. Αναπτυξιακής Ψυχολογίας-Ψυχοθεραπεύτρια [Ευφροσύνη Αλεβίζου](#)

Για να απαντήσω πιο ολοκληρωμένα στο ερώτημά σας, θα χρειαζόμουν, όπως καταλαβαίνετε, πολύ περισσότερες πληροφορίες για το τι ακριβώς συμβαίνει στη ζωή του δεκαπεντάχρονου που υποθέτω ότι είναι γιος σας. Επίσης, δεν είναι σαφές τι εννοείτε όταν λέτε ότι η παρέα «έχει αποδειχθεί κακή για τους γονείς». Αυτό που φαντάζομαι είναι πως διαπιστώνετε ότι η παρέα ασκεί αρνητική επιρροή στο γιο σας.

Για να μπορέσω να απαντήσω θα μου χρειαζόταν να γνωρίζω για ποιους λόγους θεωρείτε την παρέα αυτή «κακή παρέα». Πόσο καιρό σχετίζεται ο γιος σας με αυτή την παρέα; Πρόκειται για συνομήλικά του παιδιά; Είναι μια παρέα που εμπλέκεται σε επικίνδυνες, αυτοκαταστροφικές, παραβατικές συμπεριφορές; Αν ναι, σε ποιο βαθμό έχει ακολουθήσει ο γιος σας αυτά τα πρότυπα συμπεριφοράς και με τι συνέπειες; Πώς έχετε αντιμετωπίσει το ζήτημα ως τώρα; Έχετε μιλήσει με το γιο σας; Αν ναι, σε τι κλίμα και με τι αποτελέσματα;

Χωρίς πιο σαφή και ακριβή στοιχεία από πλευράς σας μου είναι αδύνατο να εκτιμήσω τη σοβαρότητα της κατάστασης. Ωστόσο, μπορώ να σας πω ότι η απόπειρα επιβολής και η «κόντρα» με τον έφηβο για τις παρέες του έχει κατά κανόνα το αντίθετο από το επιδιωκόμενο αποτέλεσμα. Με άλλα λόγια, αν επιχειρήσουμε να αλλάξουμε τις παρέες του εφήβου μέσω εξαναγκασμού, ο έφηβος θα θυμώσει και θα στραφεί ακόμα περισσότερο προς τις παρέες του προκειμένου να αντιδράσει στην καταπίεση και να αποδείξει στον εαυτό του και στους ενήλικες στο περιβάλλον του ότι είναι ικανός να κρίνει και να επιλέγει για τον εαυτό του.

Αν διαπιστώνουμε ότι η παρέα του εφήβου τον ωθεί σε επιλογές που θέτουν σε κίνδυνο τη σωματική και συναισθηματική του υγεία και ακεραιότητα, τότε πρέπει με διακριτικούς χειρισμούς και υπομονή να φέρουμε τον έφηβο αντιμέτωπο με την πραγματικότητα. Ο

έφηβος χρειάζεται να αποκτήσει επίγνωση των αλλαγών που έχει επιφέρει στη ζωή του η εμπλοκή στη συγκεκριμένη παρέα και να αξιολογήσει ο ίδιος αυτές τις αλλαγές ως επιθυμητές ή μη επιθυμητές. Αυτός είναι ο μόνος δρόμος προς την αλλαγή στις επιλογές του εφήβου. Αν δηλαδή πούμε στον έφηβο ότι η παρέα τον οδηγεί σε καταστροφικές επιλογές με έναν τρόπο που θα τον εκλάβει ως «κήρυγμα», ο έφηβος θα αποστασιοποιηθεί και θα απορρίψει την απόπειρα να τον επηρεάσουμε στις επιλογές του. Με τον ίδιο τρόπο, η κριτική μας για τους φίλους του και η απόρριψή τους δεν θα έχει αποτελέσματα. Είμαστε πολύ προσεκτικοί να μην ασκούμε κριτική στους φίλους ως άτομα, αλλά να ασκούμε κριτική στη συμπεριφορά τους και στον αντίκτυπο που πιστεύουμε ότι η συμπεριφορά τους έχει πάνω στον έφηβο. Αν απορρίπτουμε τους φίλους του, δεν του αναγνωρίζουμε την ικανότητα να κρίνει και να επιλέγει, άρα απορρίπτουμε κατά κάποιο τρόπο και τον ίδιο. Το ζητούμενο είναι μέσα από την προτροπή μας να αναλογιστεί τον εαυτό του και τις προσδοκίες του από τον εαυτό του και να διαπιστώσει ο ίδιος κατά πόσο οι επιλογές του ανταποκρίνονται σε αυτό που θέλει ο ίδιος να είναι. Να διαπιστώσει αν οι επιλογές με τις οποίες ταυτίζεται μέσω της παρέας του, πραγματικά του αξίζουν. Μπορεί αυτή η διαδικασία απόκτησης επίγνωσης να είναι χρονοβόρα, είναι όμως ο μόνος δρόμος προς την συνειδητή επιλογή για αλλαγή. Φυσικά, για να έχετε πρόσβαση στον έφηβο οφείλετε να έχετε μέσα στα χρόνια διασφαλίσει συνθήκες ανοιχτής επικοινωνίας στην οικογένεια σε συνδυασμό με άνευ όρων αποδοχή. Με άλλα λόγια, για να σας εμπιστευτεί ο έφηβος και να είναι ανοιχτός στο να επικοινωνήσει μαζί σας και να δεχτεί την προσέγγισή σας θα πρέπει να αισθάνεται ασφαλής. Να αισθάνεται ασφαλής ότι δεν θα δεχθεί κριτική που να μειώνει το αίσθημα για την προσωπική του αξία και επάρκεια. Να αισθάνεται ασφαλής ότι μπορεί να σας μιλήσει ανοιχτά για οτιδήποτε συμβαίνει στη ζωή του χωρίς να φοβάται την αντίδρασή σας.

Με απλά λόγια, δεν μπορεί κανένας να ξεκόψει ένα δεκαπεντάχρονο αγόρι από την παρέα του. Μπορεί το ίδιο το αγόρι να ξεκόψει από την παρέα του αν διαπιστώσει και αισθανθεί ότι η παρέα δεν εκφράζει τα θέλω του και τις αξίες του για τη ζωή και δεν τον κάνει να νιώθει καλά για τον εαυτό του. Ως γονείς μπορείτε να διερευνήσετε τι είναι αυτό που συνδέει το παιδί σας με την παρέα του. Να διερευνήσετε ποιες συναισθηματικές και κοινωνικές του ανάγκες του καλύπτει μέσα από την ταύτισή του με τη συγκεκριμένη παρέα και να του προσφέρετε υγιείς εναλλακτικές για την κάλυψη των αναγκών του.

Αν μέσω της ταύτισης με τη συγκεκριμένη παρέα το παιδί σας έχει εμπλακεί σε επικίνδυνες καταστάσεις και αν έχετε χάσει τη δυνατότητα για προσέγγιση του παιδιού σας, τότε θα σας πρότεινα να αναζητήσετε άμεσα βοήθεια από ειδικό προκειμένου να αποκαταστήσετε την επικοινωνία με το παιδί σας και να μπορέσετε να το υποστηρίξετε.