

2^ο Πρότυπο Πειραματικό Λύκειο Αθηνών

2013-2014

Πρότζεκτ: Εφηβεία
και εξαρτήσεις.

Υπεύθυνη καθηγήτρια :
Αγγελική Χαραλαμποπούλου

Εξάρτηση

Για να κατανοήσουμε την εξαρτητική συμπεριφορά, θα πρέπει να τη δούμε σαν μια έκφραση ενός ευρύτερου προβλήματος, στο οποίο ίσως να συμμετέχουμε και οι ίδιοι



Η δραματοποίηση ιδιαίτερα των
“απαγορευμένων εξαρτήσεων” και η
απομόνωση τους σαν αποκλειστικό
φαινόμενο της εποχής μας και ιδιαίτερα
της νέας γενιάς, δε μας απαλλάσσει από
το καθήκον να αναζητήσουμε τις δικές
μας εξαρτήσεις, τα δικά μας
“αντικείμενα” εξάρτησης



Αντικείμενα εξάρτησης

- ❖ απαγορευμένες ψυχοδραστικές ουσίες
- ❖ αλκοόλ
- ❖ υπερβολικό φαγητό
- ❖ ηρεμιστικά
- ❖ Τζόγος
- ❖ παθολογική χρήση του διαδικτύου



Εφηβεία και εξαρτικότητα

Η εξαρτημένη συμπεριφορά διαφέρει από τις καθημερινές συνηθισμένες “παρεκκλίσεις” μας ως προς:

- στην ένταση
- τη συχνότητα
- την αδυναμία ελέγχου
- την ιδιαίτερη σημασία του ατόμου για ισορροπία



Αίτια

Ο έφηβος ελκύεται από διάφορα αντικείμενα εξάρτησης επειδή προσπαθεί να ενταχθεί σε ένα κοινωνικό πλαίσιο , θέλει να καταλάβει τον κόσμο των ενηλίκων .



Εξαρτήσεις Σεξ - Μόδα



Ομάδα :
Δήμητρα Κατσέλη
Άλμπι Κρίστο
Σοφία Ρουσσάκη

Σεξ και εξαρτήσεις

Ορισμός: Ως **σεξουαλικός εθισμός** ορίζεται η συνεχής αύξηση της επιθυμίας του ατόμου για σεξουαλική δραστηριότητα (αλλά και της ίδιας της σεξουαλικής δραστηριότητας), ώστε να επιτυγχάνεται όσο το δυνατόν μεγαλύτερη απόλαυση



Ο εθισμός στο σεξ, έχει πολλά κοινά χαρακτηριστικά με άλλες εξαρτήσεις.
Χρησιμοποιείται για:

- ✓ αποφυγή του εσωτερικού πόνου
- ✓ ανακούφιση της μοναξιάς
- ✓ απόδραση από το επώδυνο συναίσθημα αναξιοσύνης
- ✓ γρήγορη αλλαγή της διάθεσης



Εθισμός στη Μόδα

Ορισμός: Όταν ένα άτομο καταφεύγει στα ψώνια με σκοπό να διαφύγει από τα προβλήματα της καθημερινότητας και να "θεραπεύσει" τις ψυχικές του αδυναμίες μη μπορώντας πλέον να ελέγξει αυτή τη καταναλωτική του μανία.



Εθισμός στις αγορές

Συμβαίνει όταν τα ψώνια γίνονται χωρίς καταναλωτική συνείδηση και αποτελούν την εύκολη λύση κάθε φορά που προκύπτουν προβλήματα τότε διαπιστώνουμε ότι το άτομο αποφύγει να δει κάτω από την επιφάνεια .

Πηγές

- <http://lianadalla.gr/shopping-therapy.html> Λιάνα Ντάλλα, Ψυχολόγος-Ψυχοθεραπεύτρια
- <http://www.protothema.gr/life-style/article/302203/muthos-to-shopping-therapy/> Κάσσι Φιλιππιτζή, 13/08/2013
- <http://www.emas.gr/List.aspx?C=115&A=461>
- <http://www.evysyrou.gr/easyconsole.cfm/id/136> της Εύη Σύρου, Ψυχολόγος
- <http://www.iatronet.gr/sex-zwi/sexoyalikes-diataraxes/article/8430/sexoyalikos-ethismos-i-aorati-fylaki.html>
- Της Πρεκατέ Βικτωρίας, Ψυχολόγου-Συγγραφέως, Δημοσίευση: 18 Μαΐου 2009
- <http://www.womanitymag.gr/1015/> Δρ. Χάρης Καραμπέτσος Ψυχίατρος παιδών & εφήβων, Διδάκτωρ Ιατρικής Δημοκρίτειου Πανεπιστημίου
- http://www.womanitymag.gr/1015/shutterstock_15854215_sm1/

Ναρκωτικά και εφηβεία

Αρβανίτης Πέτρος, Κανλή Ελένη,
Κοντού Ειρήνη, Χατζής Κωνσταντίνος



Ναρκωτικά

Ο όρος ναρκωτικό πιστεύεται ότι προτάθηκε από τον Γαληνό για να περιγράψει δραστικές ουσίες που μουδιάζουν ή ναρκώνουν, προκαλώντας απώλεια αισθήσεων ή παράλυση.

Τα ναρκωτικά αποτελούν μείζον πρόβλημα υγείας στη σύγχρονη εποχή, με σοβαρές επιπτώσεις στη νοσηρότητα και τη θνησιμότητα (ειδικά των νέων),

Στην Ελλάδα, σύμφωνα με το Εθνικό Κέντρο Τεκμηρίωσης και Πληροφόρησης για τα Ναρκωτικά, ένας στους τρεις εφήβου 1/3 δηλώνει ότι έχει δοκιμάσει κάποια παράνομη ουσία και 1/6 έχει κάνει χρήση τουλάχιστον 3 φορές σε όλη του τη ζωή. Οι ουσίες που δοκιμάζουν οι έφηβοι είναι συνήθως η κάνναβη και η κοκαΐνη.



ΤΟ ΚΑΠΝΙΣΜΑ ΟΙ ΝΗΦΑΛΙΟΙ

Κωνσταντίνα Κασιμάτη
Τζένη Μπρέγκασι
Παναγιώτης Ζιούλης
Νηρέας Παπαχρήστος

ΝΕΟΙ ΚΑΙ ΚΑΠΝΙΣΜΑ

Όλοι γνωρίζουμε τις αρνητικές επιπτώσεις του καπνίσματος, ωστόσο ο αριθμός των καπνιστών παραμένει υψηλός, ιδιαίτερα στις μικρές ηλικίες. Η κρίσιμη ηλικία που τα παιδιά δοκιμάζουν το κάπνισμα είναι τα 12-13 χρόνια, όπως προκύπτει από ελληνικές και ξένες έρευνες

Πηγή:

<http://www.onmed.gr/health/pulmonology/300875/giati-ksekinoun-to-kapnisma-oi-neoi/#ixzz2qVoZweso>

ΤΡΟΠΟΙ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ

- 1. Ενημέρωση και ήρεμος διάλογος
- 2. Σωματική άσκηση
- 3. Υγιεινή διατροφή
- 4. Εάν χρειάζεται, ψυχολογική βοήθεια μπορεί να απευθυνθεί στον καθηγητή στους γονείς ή σε κάποιο ειδικό



ΕΘΙΣΜΟΣ ΣΤΟΦΑΓΗΤΟ

Ο εθισμός στο φαγητό είναι ένα σύνθετο πρόβλημα για το οποίο δεν υπάρχει μόνο μια αιτία και κατ' επέκταση, η λύση δεν είναι απλή. Ανεξάρτητα όμως από τις λέξεις, ουσιαστικά μιλάμε για μια άρρωστη σχέση με το φαγητό.



Πρόκειται για έναν φαύλο κύκλο ενός ανθυγιεινού τρόπου διατροφής, κάτι που φέρνει το άνθρωπο σε μία κατάσταση εκτός ελέγχου.



ΤΡΟΠΟΙ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ

- η συναισθηματική εκπαίδευση, όπου το άτομο γίνεται ικανό να αναγνωρίζει και να κατονομάζει αυτό που κάθε φορά νιώθει,

ΠΗΓΕΣ

- <http://ygeia.tanea.gr/default.asp?pid=8&ct=14&articleID=6588&la=1>
- <http://www.kidsweb.gr/2013/06/%CE%BA%CE%AC%CF%80%CE%BD%CE%B9%CF%83%CE%BC%CE%B1-%CE%BA%CE%B1%CE%B9-%CE%B5%CF%86%CE%B7%CE%B2%CE%B5%CE%AF%CE%B1/>
- <http://www.cancer-society.gr/teensmoke/neoi1.htm>

ΕΘΙΣΜΟΣ ΣΤΟ ΤΖΟΓΟ

ΟΡΙΣΜΟΣ:

Ο εθισμός στο τζόγο σημαίνει την εξάρτηση κάποιου στα τυχερά παιχνίδια , όταν δηλαδή δεν μπορεί να ελέγξει την παρόρμησή του να παίξει «τυχερά» παιχνίδια σε σημείο που να δημιουργούνται σοβαρά προβλήματα



Η κατάσταση στην Ελλάδα

Στην Ελλάδα, οι ασθενείς συνήθως είναι εθισμένοι στο τζόγο :

- 1) μέσω του διαδικτύου
- 2) στα καζίνο
- 3) στο στοίχημα
- 4) στο κίνο και
- 5) στον ιππόδρομο



ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

(www.agelioforos.gr –Τυχερά παιχνίδια και εθισμός /24-2-2011/Γιάννης Γρηγορίου, διευθυντής της Μονάδας Απεξάρτησης από αλκοόλ, φάρμακα και τυχερά παιχνίδια του Ψυχιατρικού Νοσοκομείου Θεσσαλονίκης.)

(www.i-psyxologos.gr Σάββας Ν.Σαλπιστής Ph.D.)

([MSc Τσερπέλης Δημήτριος](#)- Κλινικός Ψυχολόγος / Ερευνητής).

ΈΡΕΥΝΑ

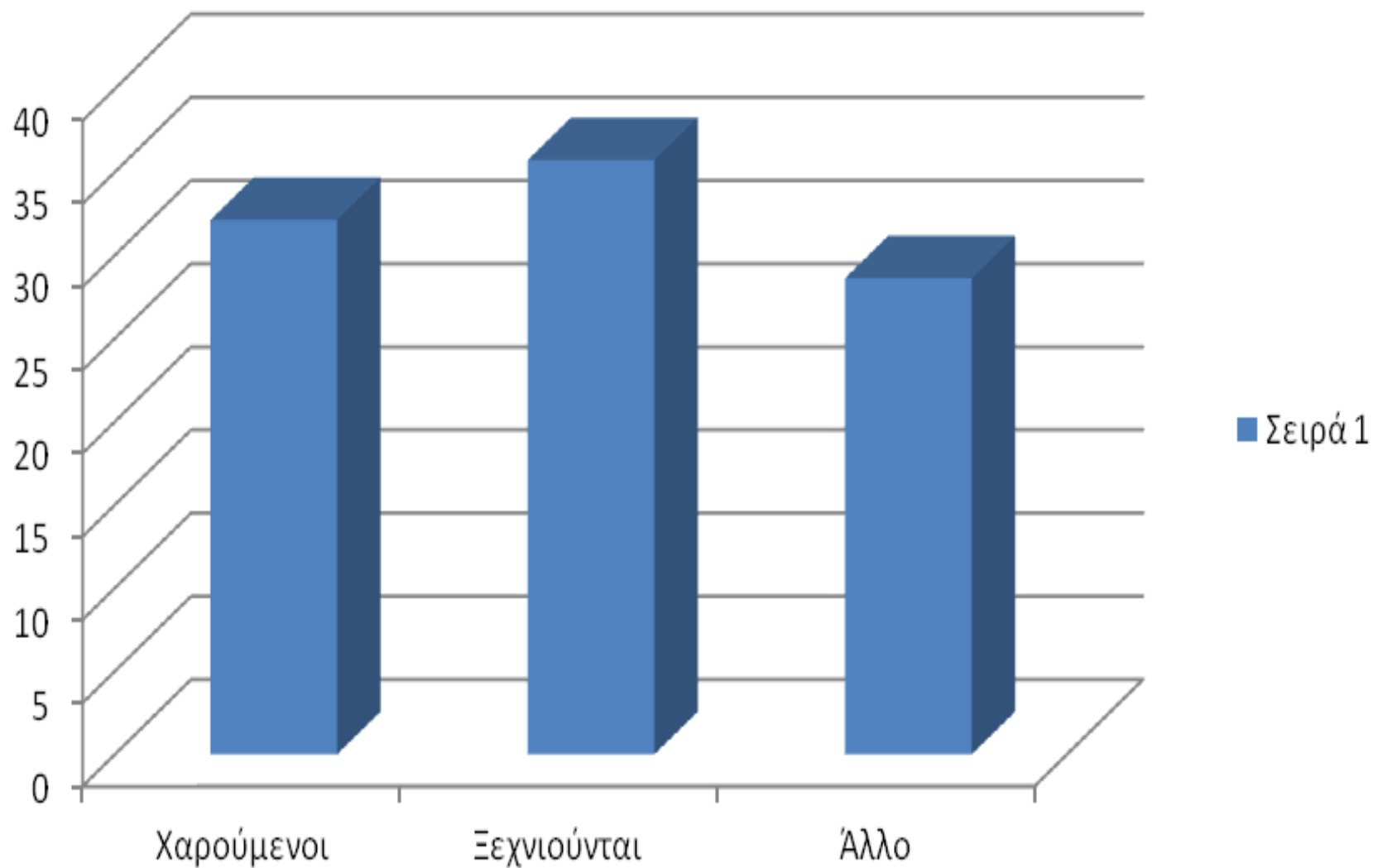
Στη συνέχεια κάναμε έρευνα πεδίου. Αποφασίσαμε να ασχοληθούμε με το αλκόολ και τις ουσίες. Μοιράσαμε ερωτηματολόγια σε 2 τμήματα γυμνασίου και σε 2 τμήματα λυκείου. Η επιλογή των τμημάτων έγινε τυχαία και ο στόχος ήταν να βγάλουμε συμπεράσματα σχετικά με τις εξαρτήσεις αυτές στην εφηβεία.

Τα αποτελέσματα της έρευνας είναι τα εξής:

Κορίτσια Λυκείου

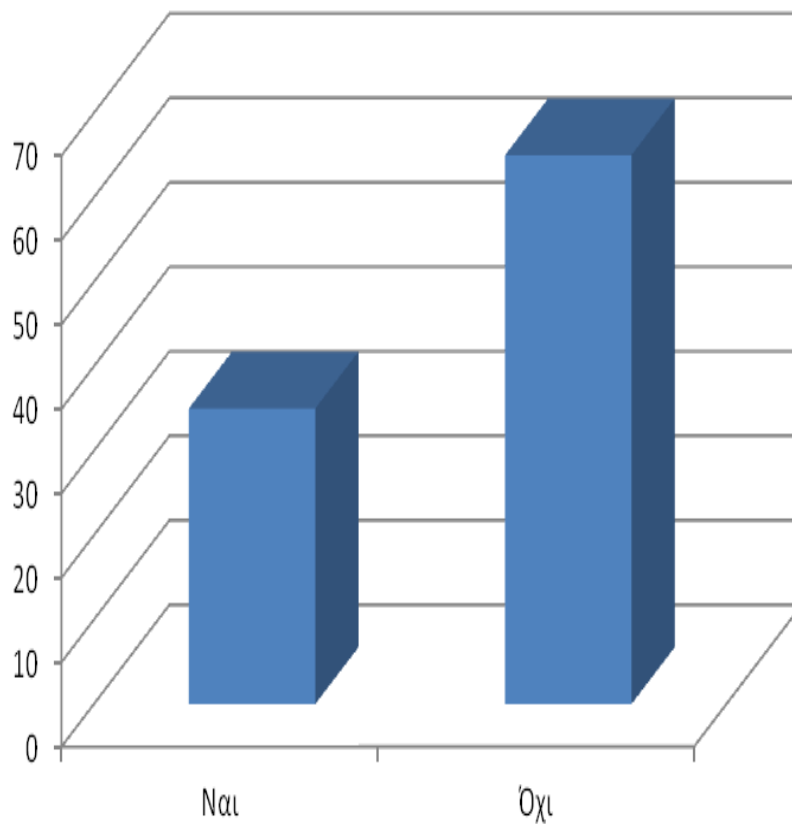


Τι αισθάνονται όταν πίνουν

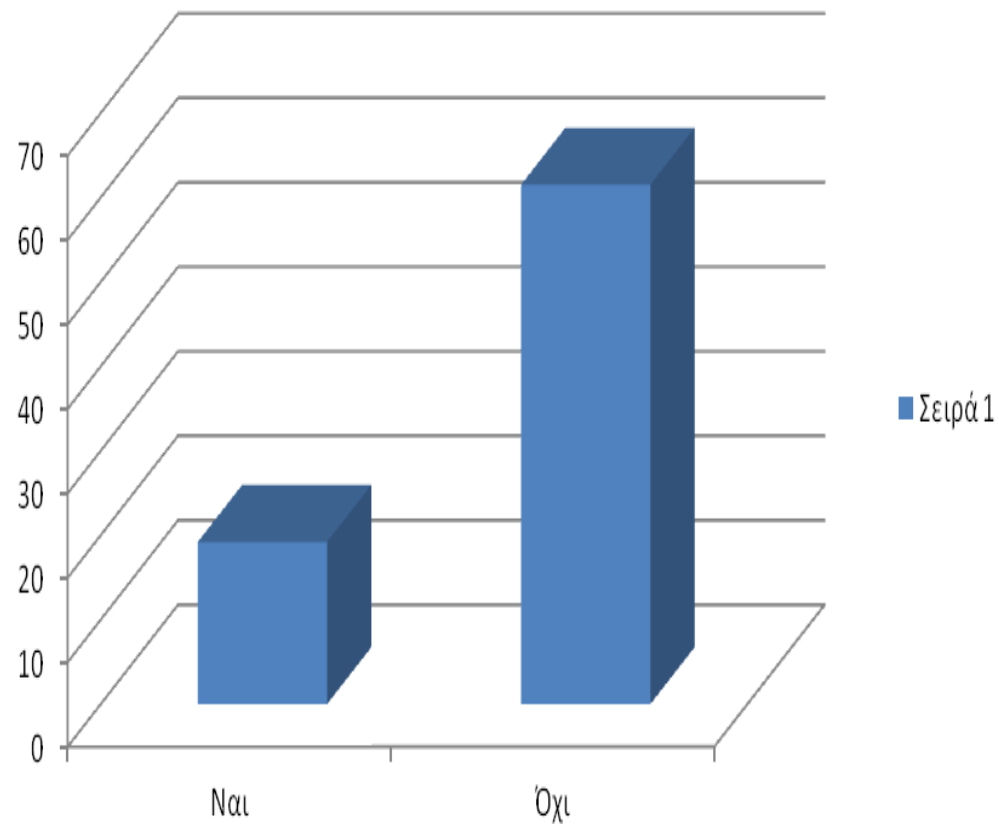


Γυμνάσιο Αγόρια

Πόσοι πίνουν αλκοόλ ;



Έχουν φτάσει εκτός ελέγχου



Τέλος