

Ερευνητική Εργασία
«Εφηβεία- Περίοδος αλλαγών και αμφισβητήσεων»
Α' Λυκείου Δαύλειας
2012-2013



*Γεννιέσαι δύο φορές :
η μία οδηγεί στην απλή ύπαρξη,
η άλλη στην ίδια τη ΖΩΗ»*

ΕΦΗΒΕΙΑ

- ❖ Ορισμός: περίοδος της ζωής του ανθρώπου
- ❖ τέλος της παιδικής ηλικίας → ενηλικίωση
- ❖ έντονες σωματικές, γνωστικές, συναισθηματικές και κοινωνικές αλλαγές



ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΕΦΗΒΩΝ

- Η εφηβεία, είναι μια περίοδος επανάστασης, προσπάθειας απογαλακτισμού από τους γονείς και ατομικής ανεξαρτησίας.
- έφηβοι: αγνοούν τους γονείς και προβαίνουν σε παραβατικές συμπεριφορές οι οποίες δεν είναι κοινωνικά αποδεκτές. Είναι ατίθασοι, ασταμάτητοι σε ό,τι και αν έχουν βάλει στόχο και πολύ δυναμικοί.
- Στερεοτυπικές αντιλήψεις και αδικαιολόγητη εχθρική στάση από την πλευρά των ενηλίκων μπορεί να διαιωνίσουν αρνητικές καταστάσεις και να προκαλέσουν ξεσπάσματα και οργή ακόμα και σε ήρεμους, συνεργάσιμους έφηβους.



ΠΟΙΗΜΑ

Μπαίνουμε στα δεκατρία,
ξεκινάει η εφηβεία,
κάτι άλλο αρχίζει
και αυτό μας φοβίζει.
Πετάμε πια τις κούκλες
και ισιώνουμε τις μπούκλες.
Βλέπουμε τα αγόρια,
βγαίνουμε απ' τα όρια.
Αλλάζει το σχολείο,
πιο δύσκολο είναι το βιβλίο.
Προσέχουμε τι φοράμε,
δηλώνουμε πως αγαπάμε.
Εδώ αρχίζουν οι απαιτήσεις
Και οι πολύωρες οι συζητήσεις.
Κάνουμε την δικιά μας επανάσταση,
βλέπουμε τα πράγματα μ' άλλη διάσταση.
Κανέναν δεν θέλουμε να ακούμε,
νιώθουμε πως όλα τα τραβούμε.
Περνάνε όμως τα χρόνια,
λιώνουνε και αυτά σαν χιόνια,
παίρνουμε τον σωστό τον δρόμο
και ακολουθούμε πια τον νόμο.



ΕΦΗΒΟΙ ΚΑΙ ΓΛΩΣΣΑ

- οι νέοι χρησιμοποιούν σε νεανικές παρέες γλώσσα-κώδικα
- δεν χρησιμοποιούν «ξύλινη γλώσσα»
- εκφράζονται ζωντανά, δηλωτικά, βιωματικά

ΕΦΗΒΟΙ ΚΑΙ ΣΧΟΛΕΙΟ

• απώθηση για το σχολείο εξαιτίας κυρίως του ισχύοντος εκπαιδευτικού συστήματος (περιεχομένου των σπουδών, εισαγωγικών εξετάσεων, επιβάρυνσης με φόρτο γνώσεων και πληροφοριών που δεν μένουν ως γνώση κ.λπ.) και μιας αίσθησης υπερβολικού φόρτου, άγχους και κόπωσης.



Σωματικές αλλαγές

Η ήβη στα κορίτσια

- ❁ αρχίζει περίπου στην ηλικία των 10 χρόνων
- ❁ το βάρος του σώματος ενός κοριτσιού διπλασιάζεται
- ❁ σεξουαλική ωριμότητα στην ηλικία των 16



Ρυθμός ανάπτυξης

- ξαφνική αύξηση στο ρυθμό ανάπτυξης
- ταχύτητα ανάπτυξης → έφηβοι αδέξιοι και ασυντόνιστοι



Αλλαγές στη φωνή στους εφήβους

- διόγκωση του λάρυγγα
- αλλαγή πιο θεαματική στα αγόρια

Η ήβη στα αγόρια

- ✓ έκρηξη ανάπτυξης της στην ηλικία των 12 χρονών περίπου
- ✓ το βάρος του σώματος μπορεί να διπλασιαστεί
- ✓ η ανάπτυξη σταματάει μεταξύ 18 και 20 χρόνων



Πρώιμη ανάπτυξη

αγόρια

- μεγαλύτερα και δυνατότερα από τα συνομήλικα → συνήθως μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση

κορίτσια

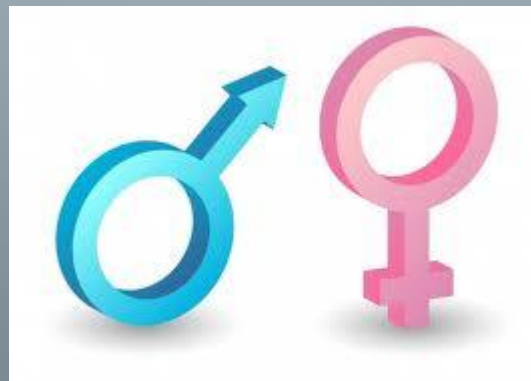
- μπορεί να αισθάνονται αμήχανα, ενοχλητικό αίσθημα ότι χάνεται η παιδική ηλικία

Καθυστέρηση ανάπτυξης

αγόρια και κορίτσια που αργούν να αναπτυχθούν:

1. μειονεκτήματα στις σωματικές δραστηριότητες
2. νιώθουν λιγότερο ελκυστικά

- ☞ Περισσότερα αγόρια από κορίτσια αργούν



Παχυσαρκία



- ✓ Ορισμός: υπερβολική αποθήκευση λίπους με αρνητικές συνέπειες για την υγεία
- ✓ παχύσαρκοι έφηβοι: οι αλλαγές κατά την ήβη διαμορφώνουν τις ακατάλληλες διατροφικές συνήθειες τους
- ✓ οι περισσότεροι παχύσαρκοι έφηβοι παραμένουν στα ίδια κιλά και ως ενήλικοι
- ✓ αποτελεσματικότερη θεραπεία: οικογένεια, κοινωνίας, ιδανικού διατροφικού προτύπου

Νευρογενής ανορεξία

- εμφανίζεται τυπικά σε κορίτσια κατά την εφηβεία
- διαταραγμένη εικόνα του σώματος και καταναγκασμός των ασθενών στο να είναι αδύνατοι
- αιτίες: συνδυασμός από βιολογικούς, ψυχολογικούς και κοινωνικούς παράγοντες
- συμπτώματα: απώλεια βάρους, αμηνόρροια, υπερδραστηριότητα, δυσκοιλιότητα, τριχόπτωση, ναυτία, εμετοί, κόπωση, μυϊκή αδυναμία και κάματος



Εφηβικός θυμός και επιθετικότητα

- συχνά τα επεισόδια του θυμού, της εξέγερσης, και των ακραίων εναλλαγών της διάθεσης
- μπορούν να κλιμακωθούν σε παραβατική συμπεριφορά, σε κατάχρηση ουσιών, σε ακατάλληλη σεξουαλική δραστηριότητα, σε αυτοκαταστροφικές συμπεριφορές, σε απόπειρες αυτοκτονίας



Η επιθετικότητα στην εφηβεία



- Η έκφραση της επιθετικότητας είναι πολύ συνηθισμένη κατά την εφηβεία
- Τα συναισθήματα θλίψης, θυμού και απογοήτευσης συναντώνται πολύ συχνά στους εφήβους
- έφηβος εκδηλώνει την άρνηση, την αμφισβήτηση, την περιφρόνηση του με τρόπο επιθετικό και συχνά προκλητικό
- εντάσσεται στην διαδικασία προσαρμογής του εφήβου, καθώς και στην οριοθέτηση του εαυτού του απέναντι στους άλλους
- ο ψυχικός πόνος, η θλίψη, ο θυμός, η απελπισία και από την άλλη, η υπέρμετρη χαρά, ο ενθουσιασμός εναλλάσσονται συχνά και πολλές φορές με αντιφατικό τρόπο.

Παραβατική συμπεριφορά

Σε ποια παιδιά και από ποιες οικογένειες;

- παραβατική συμπεριφορά μπορεί να παρουσιάσουν τα παιδιά κάθε οικογένειας
- δεν εκδηλώνουν φυσικά όλα τα παιδιά ακραίες παραβατικές συμπεριφορές κι ούτε οι αιτίες της παραβατικότητας είναι ίδιες για όλα
- μπορούν να έχουν αίσιο τέλος, αρκεί το πρόβλημα να αντιμετωπιστεί από την αρχή σωστά και να χτυπηθεί στη ρίζα του

Για ποιους λόγους;

- παραβατικότητα → εξωτερίκευση ενός έντονου στρες που βιώνει λόγω κάποιων συνθηκών
- αναζητά την εκτόνωση από μια σχέση που δεν πέτυχε, από μια σχολική αποτυχία ή γιατί θέλει απλά να ξεχωρίσει από το σύνολο
- ερευνητές υποστηρίζουν οφείλεται σε ορμονική διαταραχή, συγκεκριμένα στα επίπεδα κορτιζόλης στον οργανισμό

Σε ποια συχνότητα συμβαίνει ανάμεσα στα δύο φύλα;

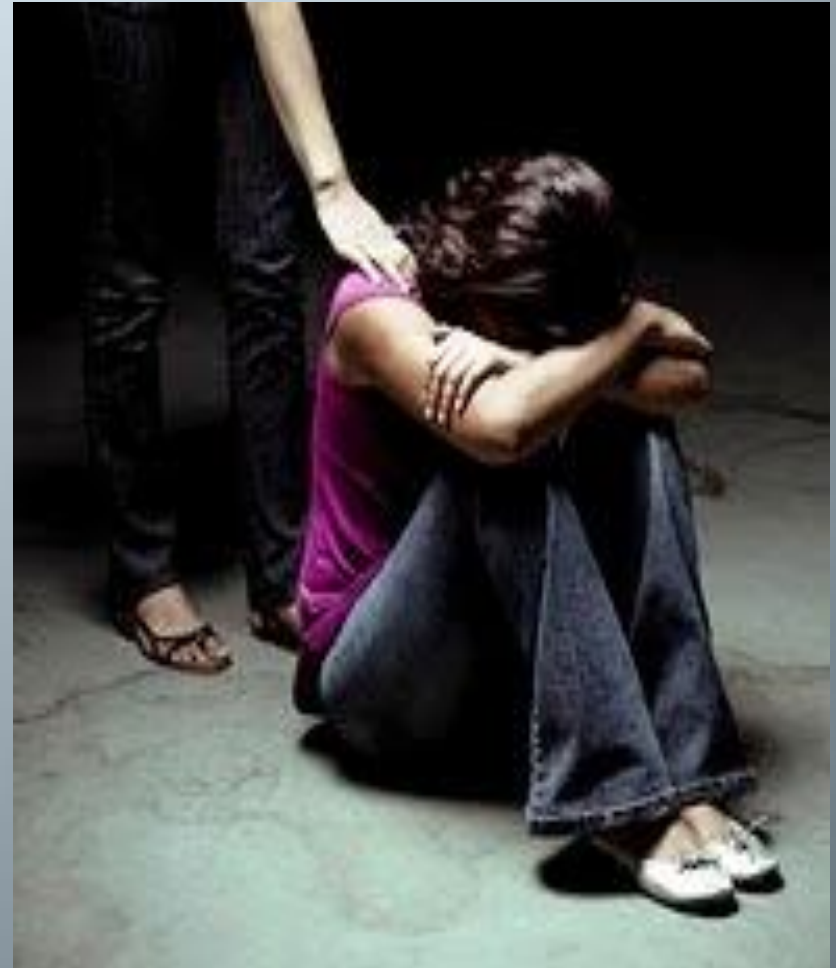
- στατιστικές → τα κορίτσια παρουσιάζουν παραβατική συμπεριφορά σε ένα ποσοστό 6% και τα αγόρια σε ένα ποσοστό 10%
- εξ' αιτίας του άγχους και λόγω των μειονεκτικών τους συναισθημάτων, γίνονται από πολύ νωρίς καπνιστές και πότες αλκοόλ, δεν αγαπούν το μέτρο, δηλώνουν αντιεξουσιαστές και πολύ συχνά λένε ότι τους αρέσει να ζουν έξω από τα όρια. Μπαίνουν σε επικίνδυνες παρέες, παίρνουν μέρος σε ομαδικές κλοπές, δε δείχνουν σεβασμό σε κανόνες

Πώς αισθάνεται ο έφηβος;

- ο έφηβος αντιλαμβάνεται το περιβάλλον του ως απόλυτα εχθρικό και με την παραμικρή αφορμή ξεσπάει με οργή
- για τα παιδιά, που ο φόβος τους γίνεται οργή απέναντι σε όλους και όλα, χρειάζεται περισσότερο αγάπη και υπομονή

Κατάθλιψη στην εφηβεία

- Στην προεφηβεία παρατηρείται μια διαρκής μελαγχολία, ως έκφραση παιδικής απελπισίας και λύπης.
- Οι μορφές αυτές της μελαγχολίας, της δυσθυμίας και του συναισθηματικού κενού χαρακτηρίζονται ως αντιδραστική κατάθλιψη.
- Τα παιδιά με κατάθλιψη παρουσιάζουν συμπτώματα που είναι πέραν της φυσιολογικής μελαγχολίας. Έχουν δυσκολία στην επικοινωνία με τρίτους και έχουν πολύ χαμηλή αυτοεκτίμηση.





Μερικά σημάδια της κατάθλιψης είναι:

- Μια αίσθηση αδυναμίας ή απελπισίας
- Δυσκολία στον ύπνο και καθημερινά αίσθηση κόπωσης
- Μια θλίψη που διαρκεί καιρό
- Θυμός προς τον εαυτό σου ή τους άλλους
- Υπερβολικό άγχος
- Χαμηλή ενεργητικότητα
- Χαμηλή αυτοεκτίμηση
- Διαταραχές του ύπνου
- Μειωμένη διάθεση για φαγητό, απώλεια βάρους
- Μειωμένη σχολική επίδοση

Κυκλοθυμία στην εφηβεία



- Ο ψυχικός πόνος, η θλίψη, ο θυμός, η απελπισία και από την άλλη, η υπέρμετρη χαρά, ο ενθουσιασμός, η εξιδανίκευση καταστάσεων και σχέσεων, εναλλάσσονται συχνά και πολλές φορές με αντιφατικό τρόπο.
- Η ασταθής διάθεση μπορεί να διαρκεί ήμερες, εβδομάδες ή μήνες και σ' αυτήν εναλλάσσονται η κατάθλιψη, η ευερεθιστότητα, η χαρά και η σχετικά φυσιολογική διάθεση.

Το άγχος στην εφηβεία



Στην εφηβεία τα παιδιά «τα χάνουν» εύκολα και κατά συνέπεια βρίσκονται πολύ συχνά σε κατάσταση «έντονου άγχους».

Το άγχος μπορεί να μεταφραστεί ως:

- ❖ ένταση και ανικανότητα χαλάρωσης
- ❖ συνεχείς ανησυχίες
- ❖ υπερβολικός φόβος για το μέλλον
- ❖ υπερβολική ανησυχία σε σχέση με τα επιτεύγματα ή τις ικανότητες
- ❖ συχνά σωματικά παράπονα



Αιτίες:

1. αλλαγές στην εμφάνιση
2. απαιτήσεις των γονιών για σχολικές
3. επιδόσεις
4. διαμάχες των γονιών μεταξύ τους
5. το διαζύγιο ή ο θάνατος ενός γονιού
6. οι πολλές υποχρεώσεις - δραστηριότητες
7. οι σοβαρές ασθένειες στην οικογένεια
8. τα οικονομικά προβλήματα
9. οι απαιτήσεις των φίλων
10. οι διαμάχες με συμμαθητές ή φίλους
11. κάποιες γενικές κοινωνικές αναστατώσεις



Τα συμπτώματα:

νευρική ανησυχία και απότομη συμπεριφορά ή κακή διάθεση, ταχυκαρδίες ή τρώει τα νύχια του, αλλαγή στις συνήθειες του ύπνου, αλλαγές στη γενική συμπεριφορά, παράπονα για πονοκεφάλους, ζαλάδες, προβλήματα στο στομάχι και άλλες ψυχοσωματικές αδιαθεσίες

Τεχνικές με τις οποίες μπορεί να μειωθεί το άγχος:

- διατροφή με πολλά φρούτα και λαχανικά
- καθημερινή γυμναστική
- αποφυγή αλκοόλ, ναρκωτικών, καφεΐνης και καπνίσματος
- μείωση του αρνητικού αυτό-διαλόγου
- αποδοχή της προσωπικότητας
- διαλείμματα από καταστάσεις που προκαλούν άγχος



Διαμάχες με τους γονείς

- συστηματική “άρνηση” των νέων για ο,τιδήποτε τους συμβουλεύουν οι γονείς και για την απομάκρυνσή τους από το οικογενειακό περιβάλλον
- οι γονείς πολλές φορές καταφεύγουν σε “μονόλογο” επιβάλλοντας τις δικές τους αξίες και ιδανικά → ο έφηβος τους απορρίπτει, δείχνει να μην τους εκτιμά και τους ειρωνεύεται
- αν οι γονείς θέλουν τον έφηβο να φέρεται ως ώριμος άνθρωπος, πρέπει να του φερθούν ως ώριμο άτομο → η ψυχραιμία και η ηρεμία είναι τα βασικά κλειδιά για κάθε δύσκολη κατάσταση



Χάσμα γενεών

- "χάσμα γενεών"= μεγάλη απόσταση που χαρακτηρίζει δύο γενιές σε κάθε εποχή, ως προς τις πεποιθήσεις, ιδέες, αντιλήψεις, τρόπους, σκέψεις και τη στάση ζωής γενικότερα
- Κάθε γενιά έχει την αίσθηση πως είναι διαφορετική από την άλλη. Η έκφραση αυτή, με απλά λόγια έρχεται για να τονίσει την διαφορετική κατανόηση, στην ουσία, ίδιων πραγμάτων.



- Νέοι → κατηγορούν τους μεγαλύτερους για:

- ❖ για υποκρισία, τυπικότητα, "πλαστική" ευγένεια, υπερβολική ενασχόληση με το χρήμα και τα υλικά αγαθά
- ❖ τον "παράλογο" και αφιλόξενο κατά τη γνώμη τους κόσμο στον οποίο θα αναγκαστούν να ζήσουν

- οι μεγαλύτεροι καταλογίζουν στους πιο μικρούς

- ✓ αδιαφορία, ανευθυνότητα, έλλειψη σεβασμού
- ✓ απειρία και επαναστατική διάθεση = ασυδοσία, "έκλυση" ηθών ή άκρατο μηδενισμό

⇒ δεν πρέπει να αφήνουμε στον όρο "χάσμα γενεών", να διατηρεί την ψευδαίσθηση πως η μια γενιά είναι διαφορετική από την άλλη

⇒ ο διάλογος, η ειλικρίνεια και η αμοιβαία εμπιστοσύνη κάνουν τις γενιές να επικοινωνούν, τους εφήβους να κοινωνικοποιούνται ομαλότερα και κατ' επέκταση τα χάσματα να γεφυρώνονται

Οι σχέσεις με το άλλο φύλο

- Η αγνή παιδική αγάπη δεν είναι κλισέ...
- Οι ηλικίες του έρωτα
 - ✓ προεφηβεία (10-12 ετών) και μετά όλο και πιο πολύ καθώς προχωρά η εφηβεία
- Χτυποκάρδια στο θρανίο
 - ✓ έντονα συναισθήματα
 - ✓ πρώτο στάδιο ανεξαρτησίας
- Προεφηβικές ανησυχίες
 - ✓ παιχνίδια έλξης και απώθησης
 - ✓ νέα φάση «αυτονόμησης»



- Το εκρηκτικό κοκτέιλ της εφηβείας
 - ✓ το σώμα δεν αστειεύεται
 - ✓ έντονες επιθυμίες
 - ✓ άστατες προτιμήσεις



Ο έρωτας αποτελεί για πολλά παιδιά μέρος αυτής της νέας «περιπέτειας», το αγαπημένο πρόσωπο γίνεται -έστω στη φαντασία τους- σύμμαχος και σύντροφός τους.

Εξαρτήσεις



☞ εξαρτησιογόνες ουσίες

νόμιμες ουσίες

- κάπνισμα
- εισπνεόμενες ουσίες
- ηρεμιστικά ή υπνωτικά
- αλκοόλ

παράνομες ουσίες

κάνναβη, ηρωίνη, κοκαΐνη,
αμφεταμίνες, κρακ, έκσταση, LSD,
μαγικά μανιτάρια

☞ αλκοόλ



☞ έφηβοι και κινητά

➡ από τη χρήση στην κατάχρηση

- απουσία σωματικής και συναισθηματικής επαφής
- υπερβολική χρήση → «τεχνητή» επαφή με τους συνομηλίκους → όλο και μεγαλύτερη αίσθηση μοναξιάς



Πρότυπα

- Πρότυπα = είδωλα κυρίως προσώπων που έχουν καταξιωθεί σε έναν τομέα



Τα πρότυπα που επιλέγει ο καθένας είναι σύμφωνα με:

- την προσωπικότητα
- το χαρακτήρα
- τις ιδέες
- τις αντιλήψεις
- τις αξίες
- τη νοοτροπία
- τις παρέες
- τα μηνύματα που περνάει η οικογένεια και το κοντινό περιβάλλον
- την κρίση του καθενός
- τις γνώσεις
- τα ερεθίσματα που έχει πάρει από μικρός

Ποιοι;

- τηλεόραση
- ο κινηματογράφος
- το ραδιόφωνο
- οι διαφημίσεις
- οι εφημερίδες
- τα περιοδικά και γενικά όλα τα μέσα μαζικής ενημέρωσης (ΜΜΕ)



Τα πρότυπα που περνάει η τηλεόραση

- ψηλές, όμορφες, καλλίγραμμες, αψεγάδιαστες γυναίκες ή άντρες
- ταλαντούχοι ηθοποιοί που συνεπαίρνουν με τις δραματικές τους ικανότητες
- τραγουδιστές που μπορεί να δείχνουν μια άλλη εικόνα τους προς τα έξω γεμάτη ανέσεις

Αρνητικές και θετικές επιδράσεις των προτύπων της τηλεόρασης στους εφήβους

ΑΡΝΗΤΙΚΕΣ ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ

- ✓ ψυχολογικά, προβλήματα συμπεριφοράς αλλά και σοβαρά σωματικά προβλήματα
- ✓ βίαιες συμπεριφορές
- ✓ κακές συνήθειες
- ✓ καθόλου ρεαλιστικά παραδείγματα της απλής καθημερινής ζωής ενός ανθρώπου

ΘΕΤΙΚΕΣ ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ

Αν οι γονείς:

1. έχουν μια ισορροπημένη σχέση μεταξύ τους
 2. προσφέρουν στα παιδιά τους τα απαραίτητα αγαθά, υλικά όσο και πνευματικά
- το παιδί μπορεί να διαπρέψει και να αποκτήσει μια ισορροπημένη ζωή

Τα πρότυπα που δημιουργούνται μέσα από τις παρέες

Τέτοια πρότυπα είναι για παράδειγμα:

- ο τρόπος ενδυμασίας της παρέας
- η γενική εξωτερική τους εμφάνιση
- η μουσική που ακούνε
- ο τρόπος διασκέδασής τους

μέσα από την παρέα διαμορφώνονται και άλλα πρότυπα όπως:

- ✓ ο αλληλοσεβασμός
- ✓ η κατανόηση
- ✓ η φροντίδα ανάμεσα στα άτομα από τα οποία αποτελείται η παρέα
- ✓ το ατομικό και συλλογικό πνεύμα
- ✓ η αίσθηση του «εμείς» και όχι του «εγώ»
- ✓ η προσφορά της βοήθειας



Πως επηρεάζουν τα πρότυπα τους εφήβους

➔ Η τηλεόραση, η οικογένεια αλλά και οι παρέες επηρεάζουν (άλλους λίγο και άλλους πολύ) όλους τους έφηβους

- ❖ μιμούνται τα πρότυπα στην προσπάθεια τους να τους μοιάσουν και είτε το καταφέρνουν είτε όχι αυτό τους ικανοποιεί και τους κάνει να αισθάνονται καλύτερα
- ❖ αν επιβάλλουν στον έφηβο το πρότυπα που πρέπει να ακολουθήσει χωρίς να το θέλει ο ίδιος, τότε θα υπάρχει πρόβλημα
- ❖ όταν οι έφηβοι μιμούνται κατά ένα μέρος τα πρότυπα που έχουν επιλέξει, αυτό καλό είναι γιατί βοηθάει τον έφηβο να μην αισθάνεται μόνος

Εφηβεία και μόδα: Πώς βλέπουν οι έφηβοι τη μόδα

η εμφάνιση τους και ο τρόπος που ντύνονται δίνουν πολλές πληροφορίες για την ψυχολογία τους, τον τρόπο σκέψης και γενικά τα ίδια τα παιδιά

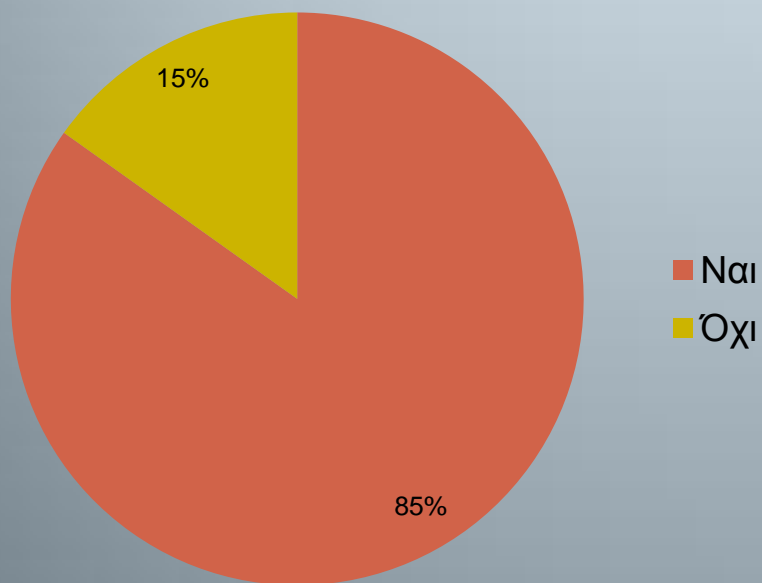


- ανάγκη για ομαδοποίηση
το ίδιο στυλ ντυσίματος είναι μια απόδειξη ότι έχουν κοινές ιδέες, κοινούς προβληματισμούς και συνήθως υιοθετούν έναν κοινό τρόπο συμπεριφοράς
- δημιουργία προτύπων
τα μοντέλα που επιδεικνύουν τη μόδα είναι συνήθως άτομα στην εφηβεία ή λίγο μετά → τα άτομα στην περίοδο της εφηβείας ταυτίζονται με τα μοντέλα και θέλουν να τους μοιάσουν
- αναγνωρισιμότητα
οι έφηβοι θέλουν να ταυτιστούν με διάσημα πρόσωπα
- η ανάγκη των εφήβων να ξεχωρίζουν
οι έφηβοι χρησιμοποιούν τη μόδα στην ακραία της μορφή με σκοπό να διαφέρουν και να τραβήξουν το ενδιαφέρον

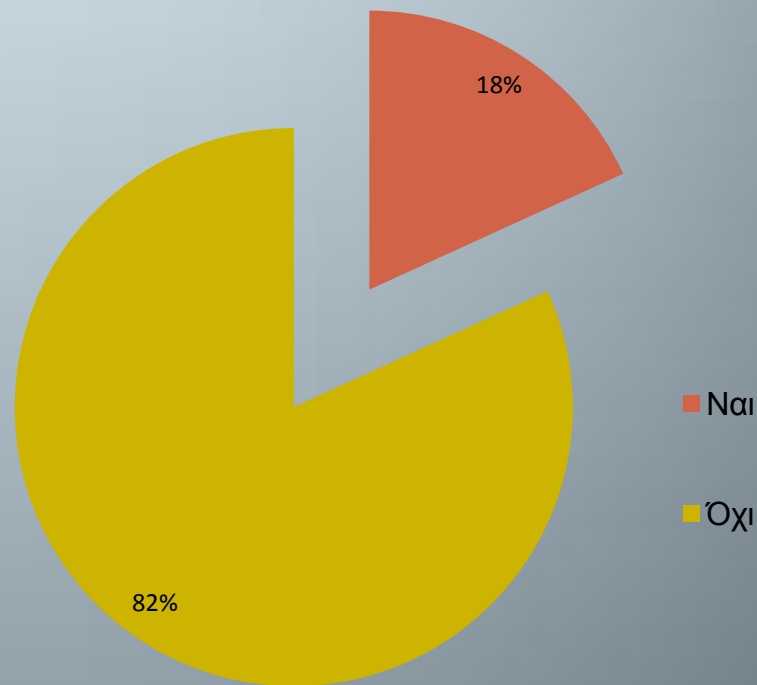
Έρευνα και αποτελέσματα

- Ερωτηματολόγιο στους μαθητές του Γυμνασίου και των τάξεων Λυκείου της Δαύλειας (66).
- Ευχαριστούμε πολύ τους μαθητές που απάντησαν και για το χρόνο που μας διέθεσαν!

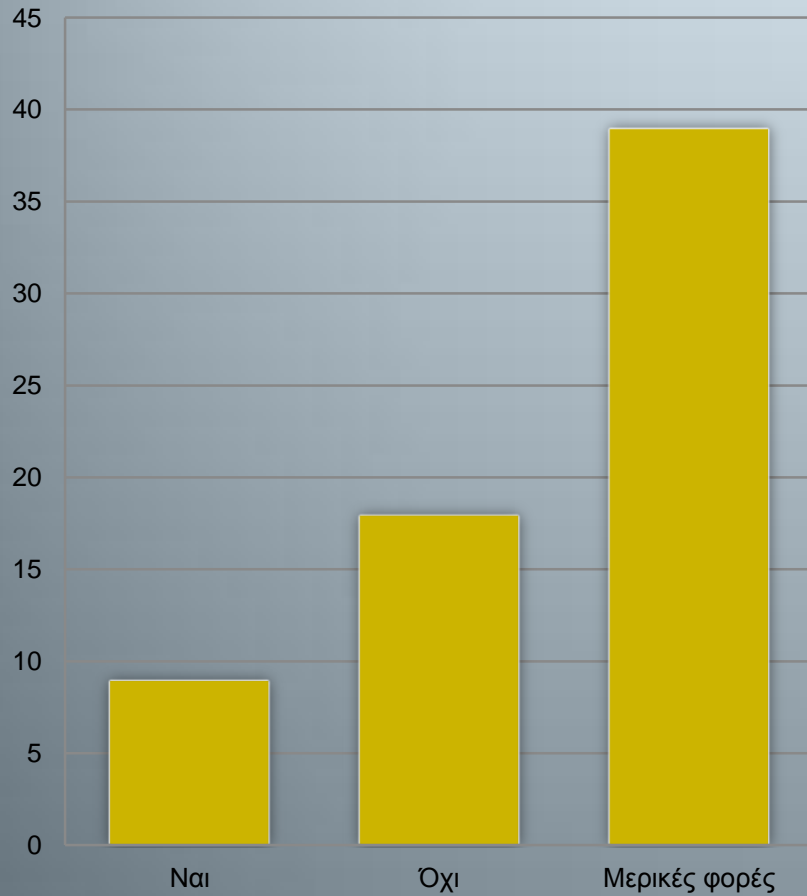
Παρατηρείτε αλλαγές στο
σώμα σας τα τελευταία χρόνια;



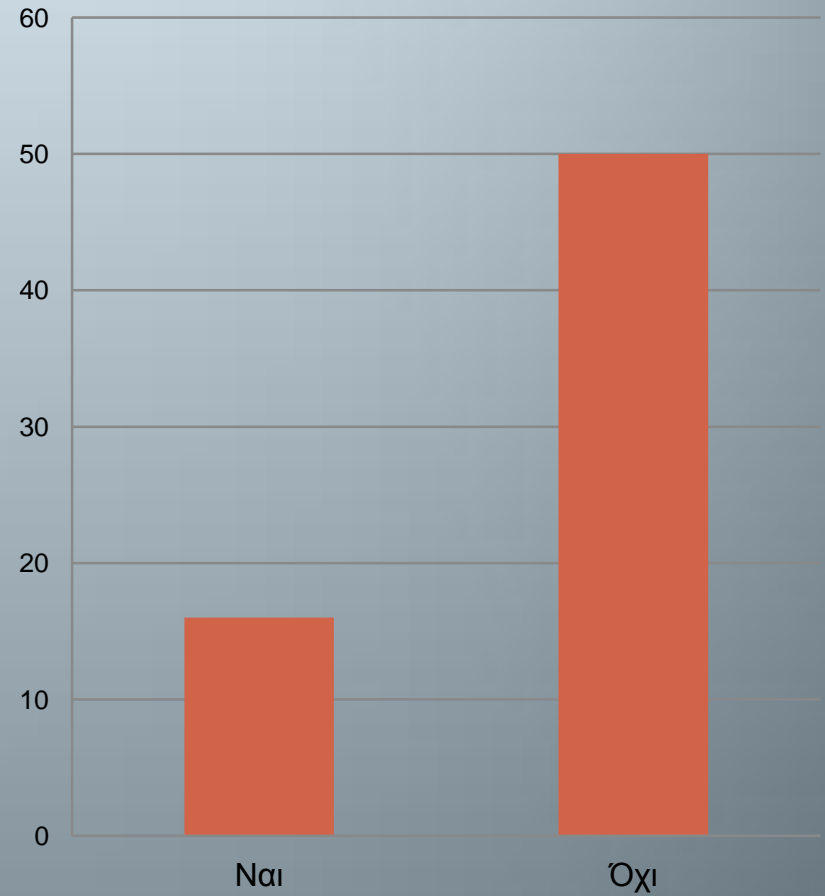
Νιώθεις άσχημα με την
εξωτερική σου εμφάνιση;



Συμπεριφέρεσαι ατίθασα και
ανυπάκουα προς τους γονείς
σου;



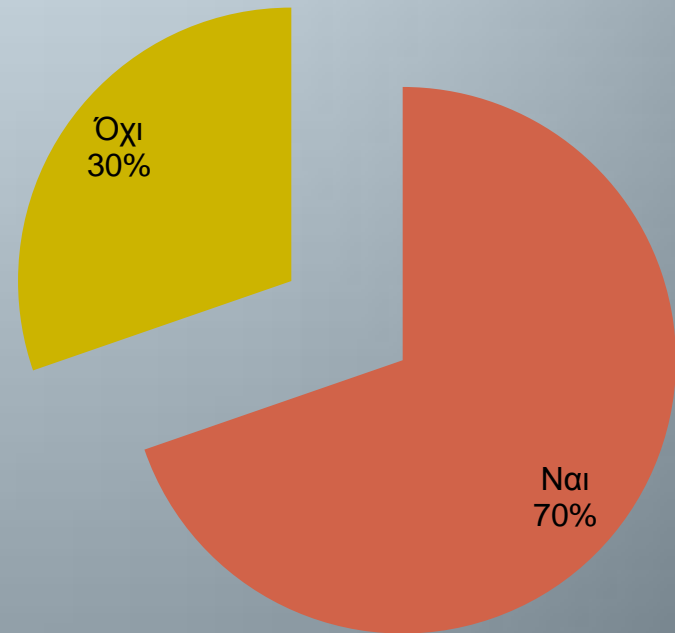
Αισθάνεσαι πιεσμένη/ος από
τη συμπεριφορά των γονιών
σου;



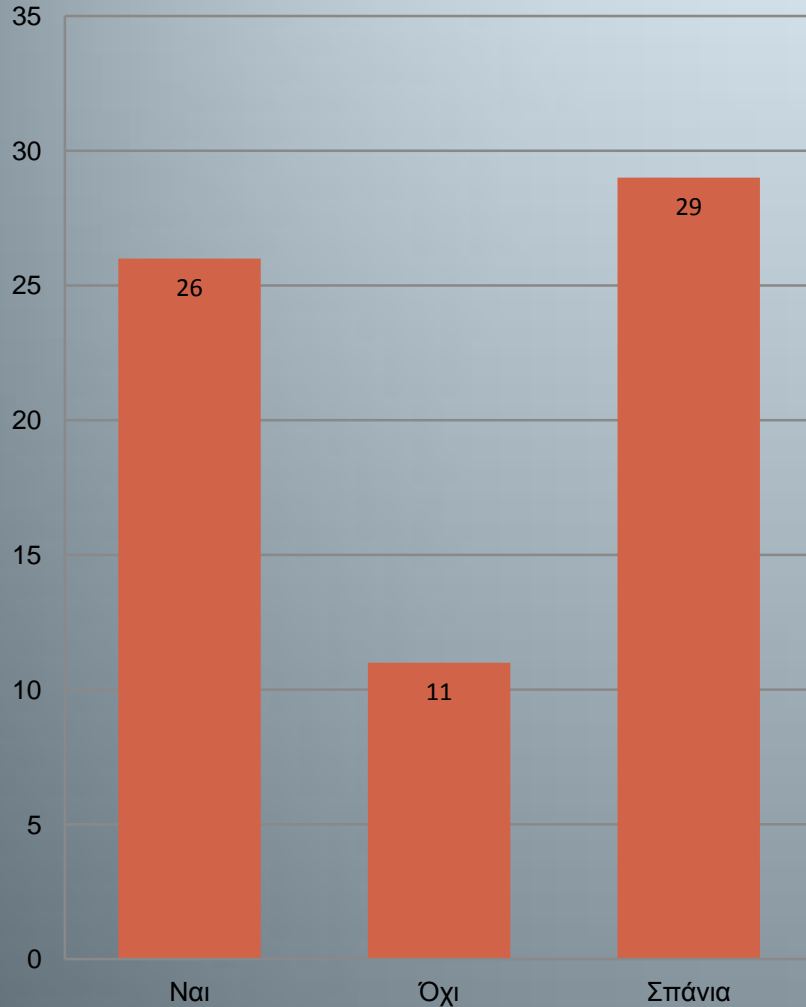
Ποιος ευθύνεται για τις
διαμάχες σου με τους γονείς;



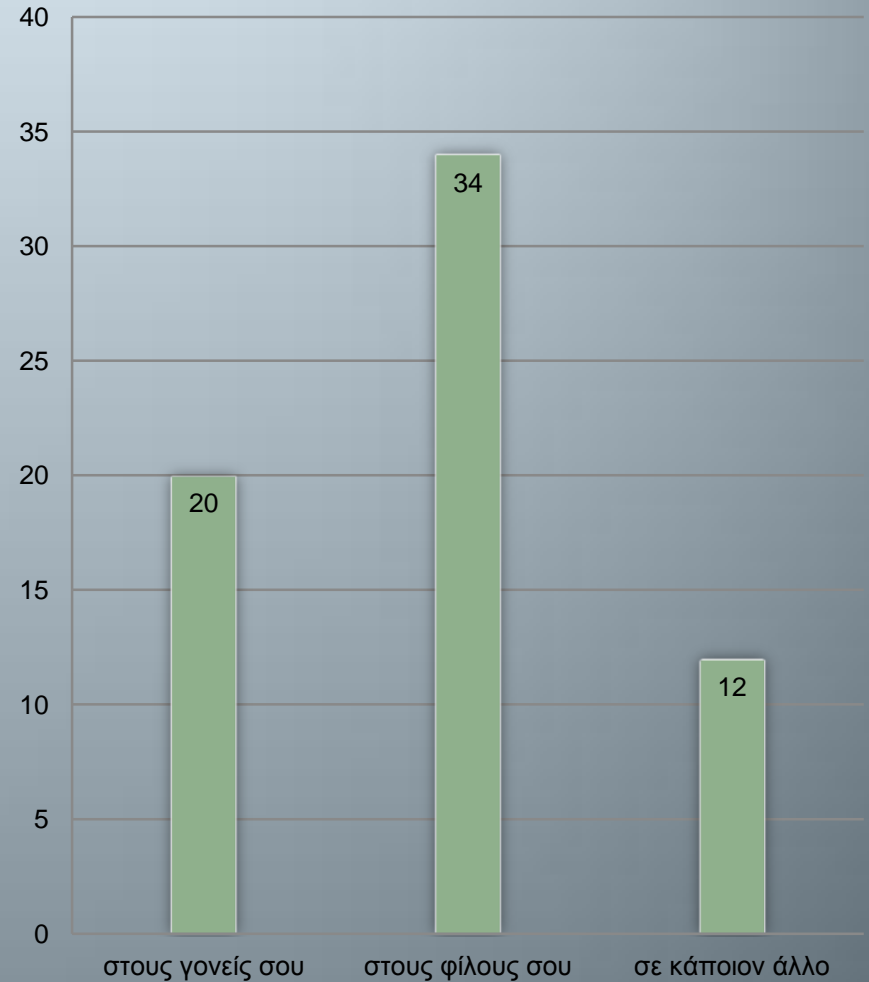
Θα δεχόσουν συμβουλές από
τους γονείς σου για την
προσωπική σου ζωή;



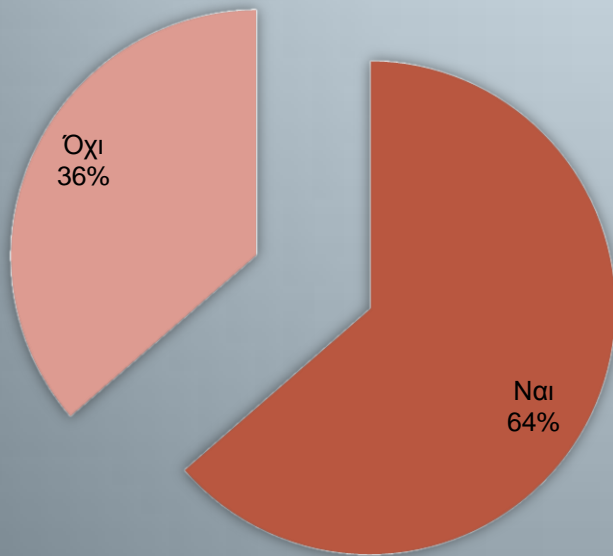
Συζητάς με τους γονείς σου για τα προβλήματά σου;



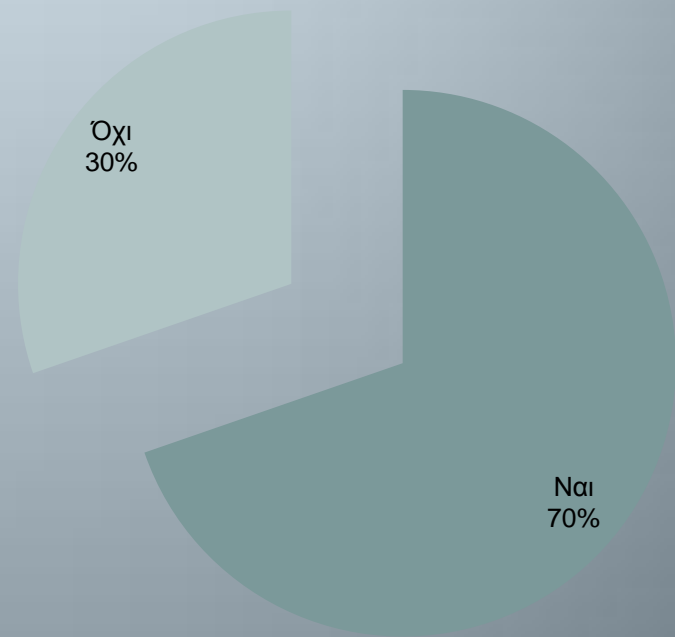
Αν έχεις κάποιο σημαντικό πρόβλημα ή έστω κάτι σε απασχολεί, σε ποιον θα απευθυνθείς για βοήθεια;



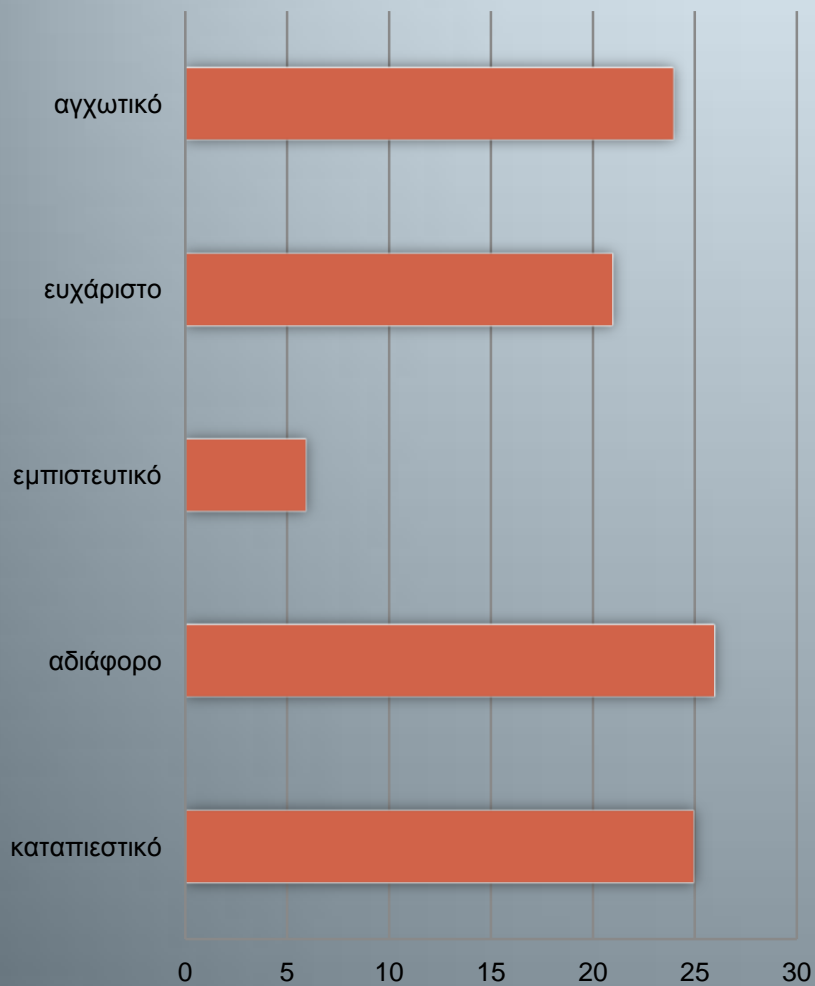
Παρατηρείς αλλαγές στα
συναισθήματά σου προς το
αντίθετο φύλο;



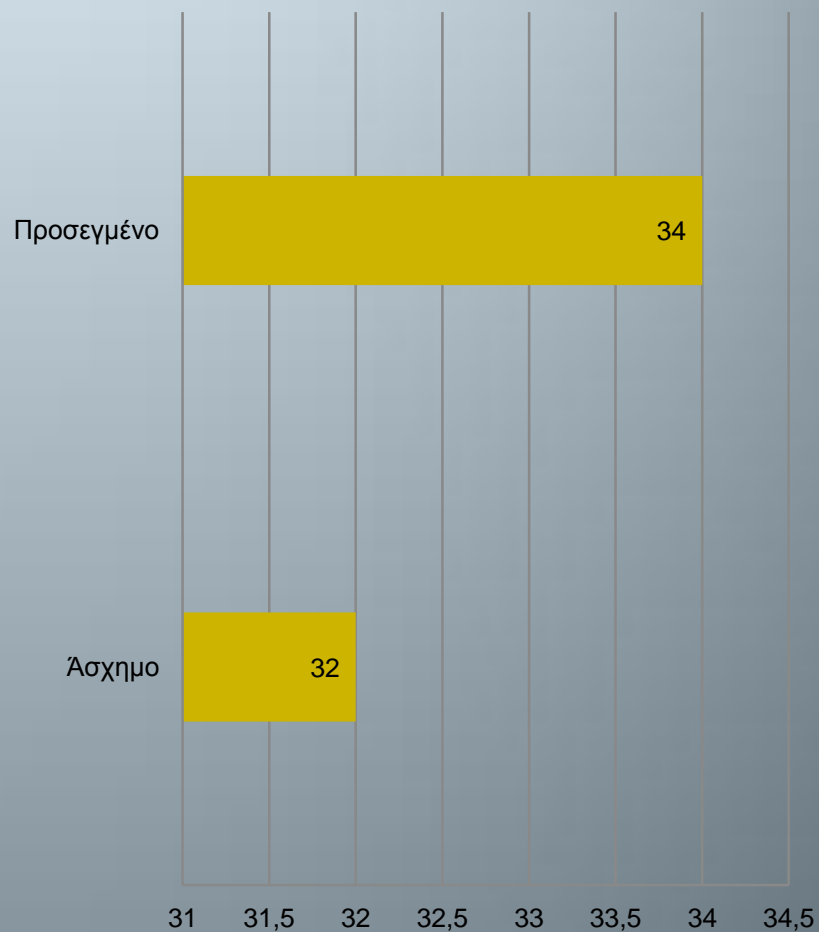
Αισθάνεσαι την ανάγκη να
είσαι αποδεκτός/ή από τους
συνομήλικούς σου;



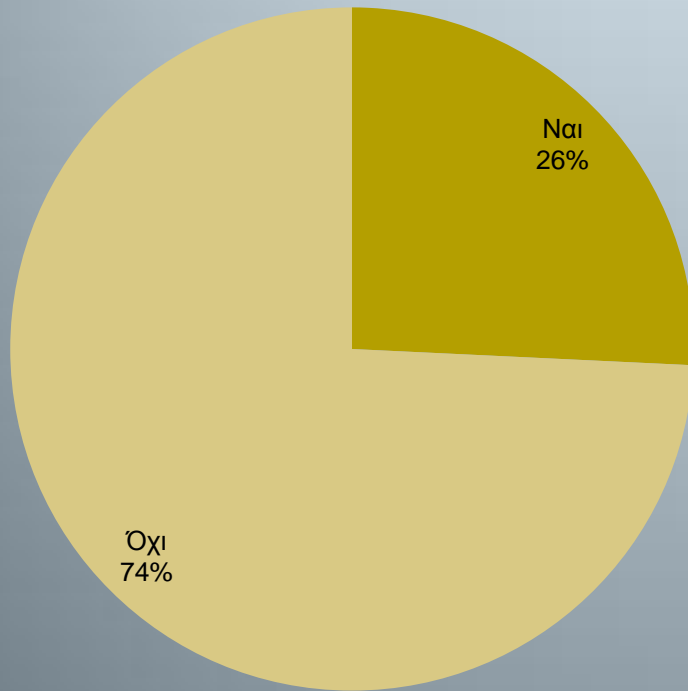
Πώς αντιλαμβάνεσαι τον κόσμο στον οποίο μεγαλώνεις;



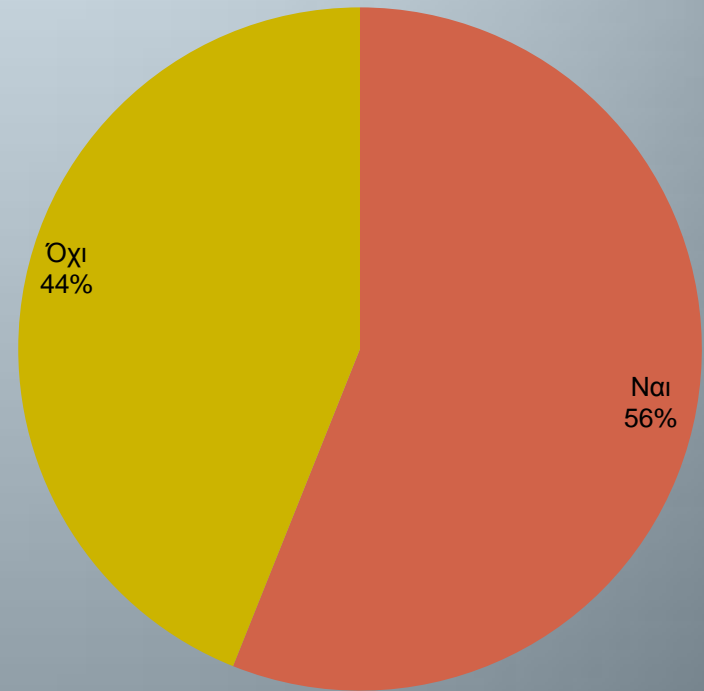
Σαν έφηβη/ος τι λεξιλόγιο χρησιμοποιείς, όταν βρίσκεσαι με τους φίλους σου;



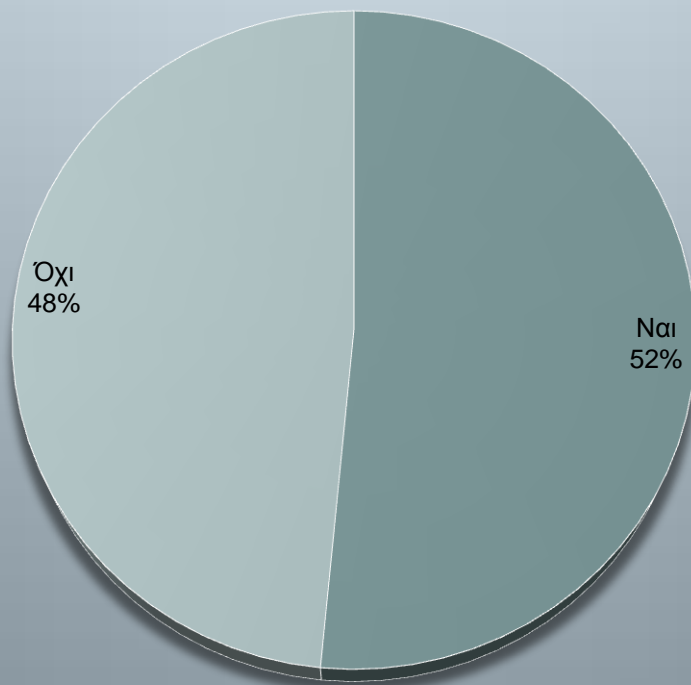
Έχεις ποτέ καπνίσει ή τουλάχιστον έχεις δοκιμάσει να καπνίσεις;



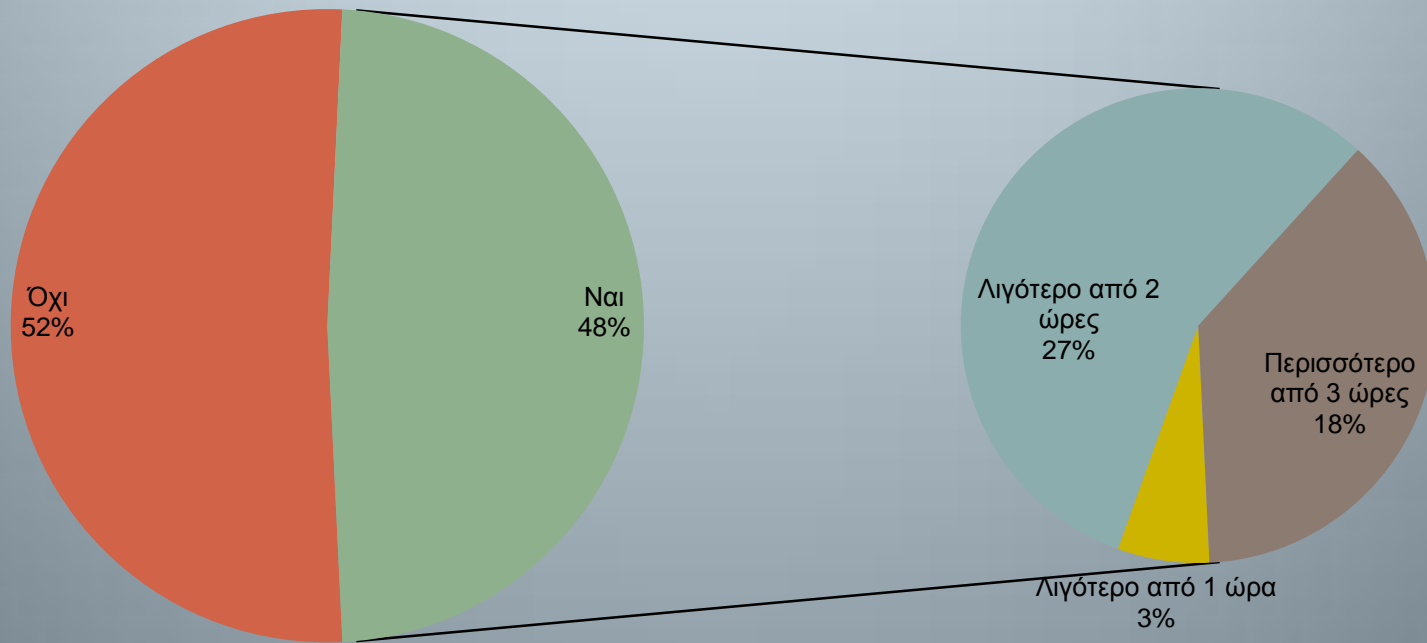
Έχεις εξαρτηθεί κάποια στιγμή από κάποιο παιχνίδι ή κάποια ιστοσελίδα στο internet;



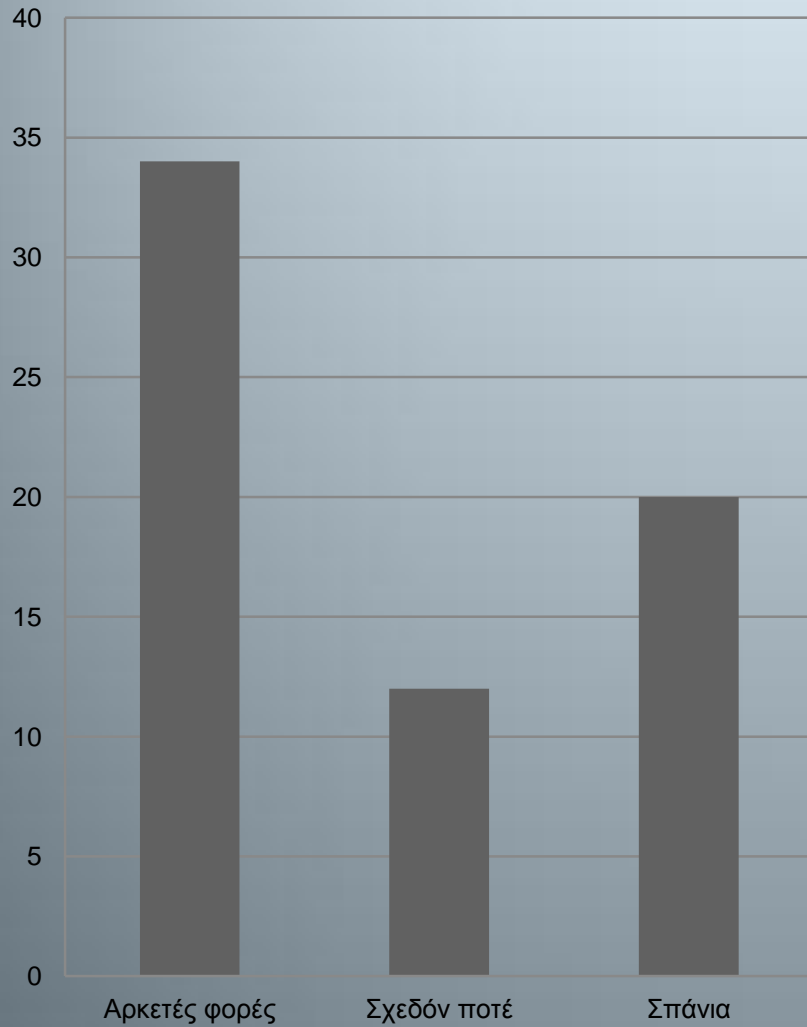
Όταν φεύγεις από το σπίτι και ξεχνάς το κινητό σου, νιώθεις ότι είσαι μισός άνθρωπος χωρίς αυτό; Κάνεις τα πάντα, για να γυρίσεις και να το πάρεις όσο πιο γρήγορα μπορείς;



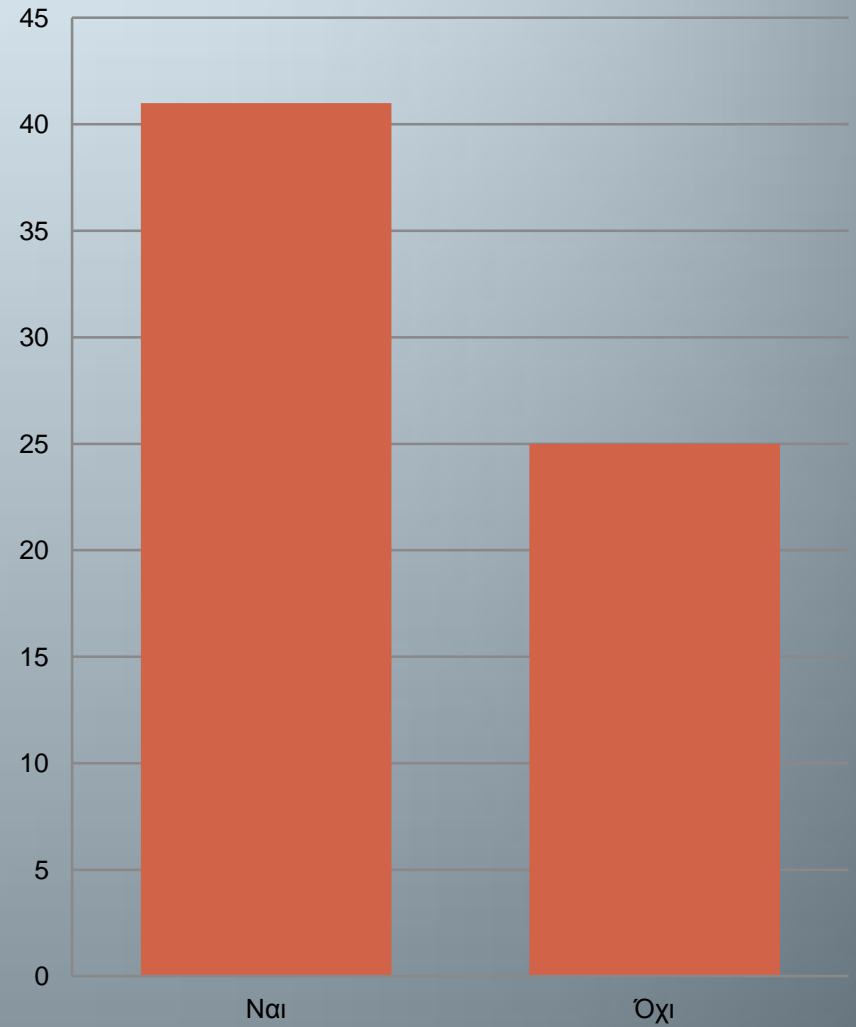
Περνάς πολλή ώρα στο διαδίκτυο κάθε μέρα;



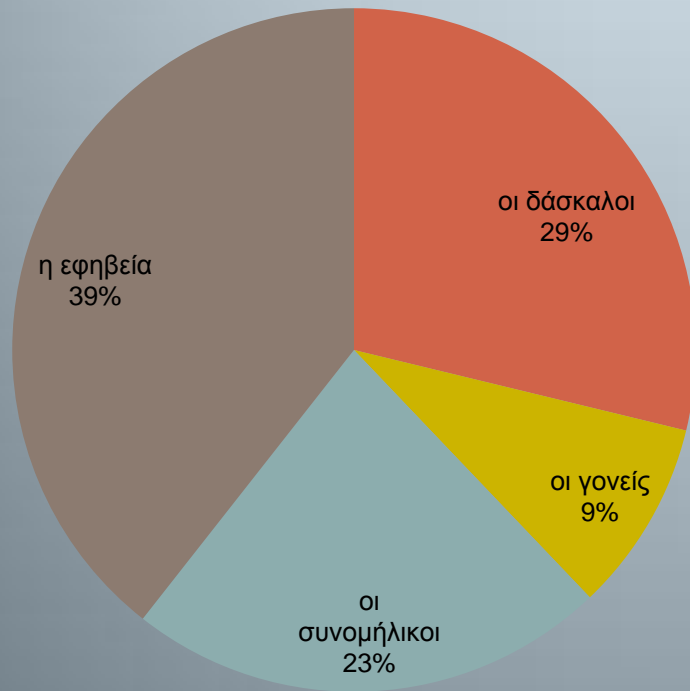
Εκνευρίζεσαι με τους γύρω σου;



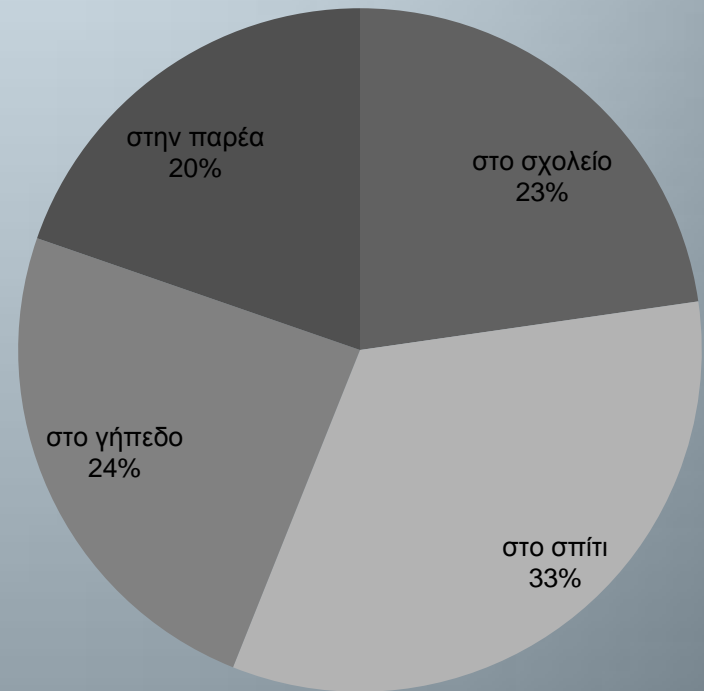
Εκδηλώνεις ποτέ επιθετική συμπεριφορά;



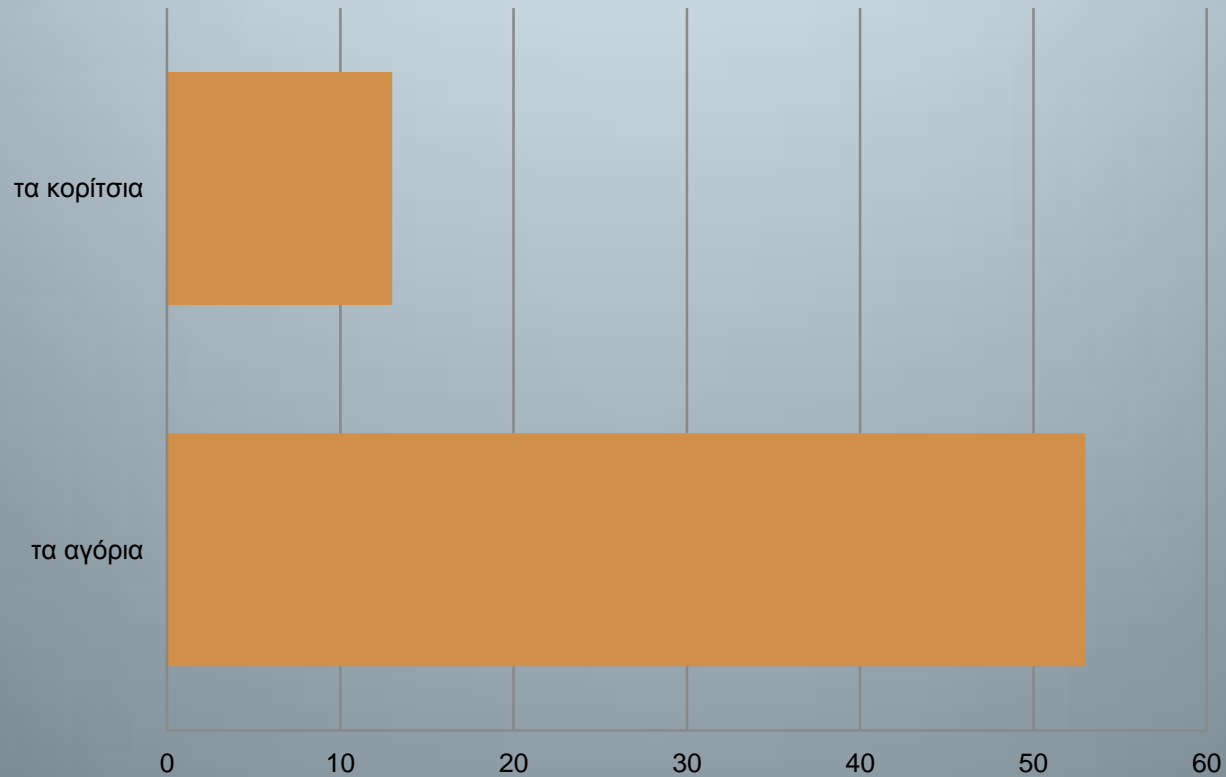
Ποιος φταίει που εκδηλώνεις
επιθετική συμπεριφορά;



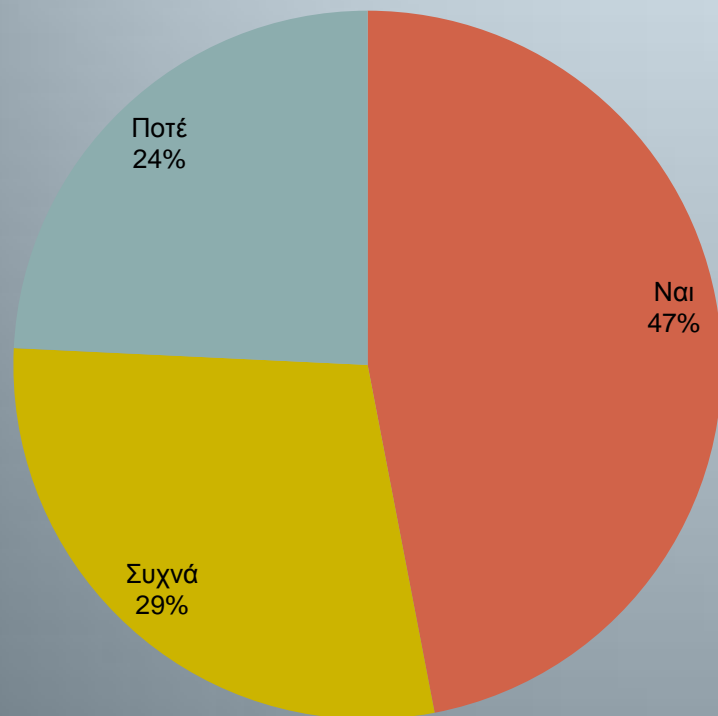
Πού εκδηλώνεις επιθετική
συμπεριφορά;



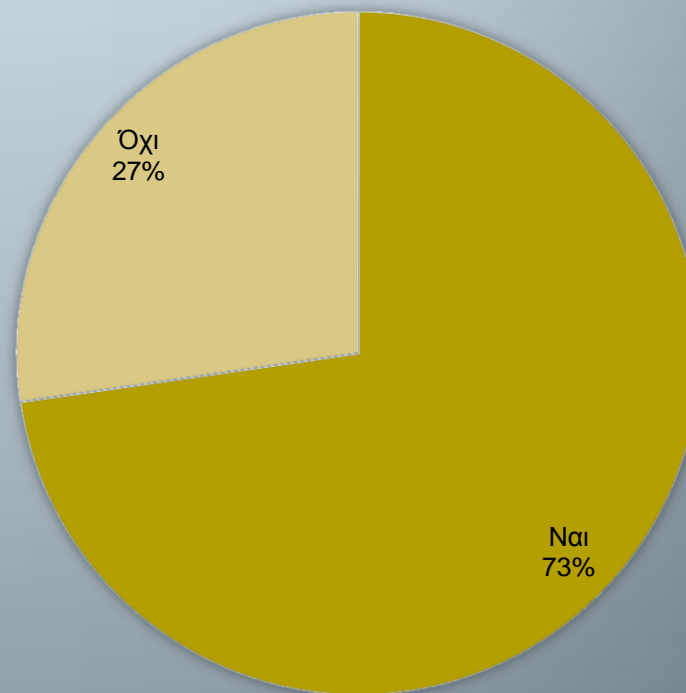
Ποιος πιστεύεις ότι εκδηλώνει πιο συχνά επιθετική συμπεριφορά;



Έχεις νιώσει ή νιώθεις
αισθήματα θλίψης ή
ματαιότητας;



Αισθάνεσαι συχνά πιεσμένη/ος
ή αγχωμένη/ος;



Για την ερευνητική εργασία εργάστηκαν οι:

Ομάδα Α' :

Γκούρι Δημήτριος

Ευθυμίου Ηλιάνα

Μπακολουκά Κωνσταντίνα

Τζουβάρας Γεώργιος

Ομάδα Β' (Ίντριγκες):

Βαρζάκανος Χαράλαμπος

Ιγγλέζου Όλγα

Κότσι Άντι-Δημήτριος

Τσόρβα Βασιλική

Οι καθηγήτριες :

Ζαμπάκη Ευθυμία ΠΕ11

Μάγγα Μαρία ΠΕ06