

Έφηβοι, άγχος, τραύμα και κοινωνικά δίκτυα (π. Χρυσόστομος Τύμπας)

/ [Πεμπτούσία](#)

Image not found or type unknown



Καθημερινά βλέπουμε περιπτώσεις καλυμμένης ψυχολογικής κακοποίησης, ματαίωσης, υπερέκθεσης σε πλευρές της εφηβικής ζωής τραβηγμένες στα άκρα. Έτσι, πέραν από την πρακτικότητά τους, τα κοινωνικά δίκτυα αποτελούν μία πηγή συνεχούς άγχους και καμουφλαρισμένων τραυμάτων.

Ο βασικός κίνδυνος στον οποίο τα κοινωνικά δίκτυα οδηγούν τους εφήβους είναι ένα κοινωνικά αποδεκτό αλλά στην ουσία ψευδές και μάλλον ναρκισσιστικό πρότυπο και μία φαντασιακή εικόνα του δικού μας εαυτού, που κυρίως εναρμονίζεται με τις απαιτήσεις των άλλων και όχι με αυτό που πραγματικά θέλουμε και μπορούμε να είμαστε. Αφήνοντας στην άκρη τις προσωπικές επιλογές και ακολουθώντας πιστά αυτές τις επιλογές του κοινωνικά αποδεκτού προτύπου οδηγούμαστε σε μία ψευδή ταυτότητα και μάλλον καταστροφικές διαδικασίες.

Τα κοινωνικά δίκτυα είναι μία καινούργια τάση, όμως τα ψυχολογικά μοντέλα που

εμπλέκονται μάλλον έρχονται από το παρελθόν, παρόντα σε μύθους, σύμβολα και αφηγήσεις, σε πολλούς πολιτισμούς. Εδώ μπορούμε σύντομα να αναφερθούμε στα αρχέτυπα του «ήρωα» και του «μικρού απατεώνα-μάγου» που ως μοτίβα συμπεριφοράς ερμηνεύουν σε μεγάλο βαθμό την «φιλοσοφία» που κρύβεται πίσω από την έκθεση εικόνων και προτύπων στα κοινωνικά δίκτυα.

Το αρχέτυπο του ήρωα (the hero archetype) σημαίνει την εξαιρετική ικανότητα δράσης πέραν των κοινών στερεοτύπων, της υπέρβασης των ορίων, είναι αξιολήλυτο από τους πολλούς, επιθυμητό αλλά και απρόσιτο, χαρισματικό αλλά και συχνά τρωτό (ακόμη και ο ιερέας θα μπορούσε να ενταχθεί σε μεγάλο βαθμό στην περιοχή αυτού του αρχετύπου). Θα μπορούσε να ειπωθεί ότι οι νέοι θέλουν να γίνουν «ήρωες» στο ευρύτερο κοινό μέσω δημόσιας έκθεσης διασκεδαστικών, εντυπωσιακών ή προκλητικών στιγμών της προσωπικής τους ζωής. Όπως φανερώνει το αρχέτυπο του ήρωα, το να δρας πέραν των συνηθισμένων και να υπερβαίνεις τα όρια, να είσαι αξιολάτρευτος και μαζί απρόσιτος στους πολλούς, χαρισματικός αλλά και τρωτός, πάνε χέρι χέρι μαζί με την τάση του εφήβου να εισαγάγει συμπεριφορές που θα εντυπωσίαζαν τους άλλους. Όμως, καθώς εγκλωβίζονται σε αυτά τα χαρακτηριστικά, τόσο οι έφηβοι όσο και οι ενήλικες γλιστρουν προς μία ψευδή εικόνα και ταυτότητα, δηλαδή μία ναρκισσιστική συμπεριφορά. Η ναρκισσιστική συμπεριφορά με την σειρά της μπορεί να οδηγήσει τον έφηβο σε συγκρούσεις τόσο με τον ίδιο τον εαυτό του όσο και με τα πρόσωπα που επιθυμεί να αγαπήσει, ωστόσο αποτυγχάνει καθώς η ψυχική ενέργεια που απαιτείται γι' αυτό εγκλωβίζεται στο ναρκισσιστικό είδωλο-εαυτό, και δεν είναι πλέον διαθέσιμη για μία δημιουργική επένδυση στον «άλλο».

Ακόμη ένα πολύ σχετικό αρχέτυπο είναι αυτό του φαρσέρ (trickster), απατεώνα-μάγου, που παραπλανεί, καθώς συμβολίζει τόνονηρό, τον κακότερο και τον αντιήρωα. Οι τύποι αυτοί μπορεί να είναι ταυτόχρονα έξυπνοι και ηλίθιοι, και βασίζονται στην ιδέα της «παράβασης κανόνων». Κι αυτό ακριβώς τους κάνει πολύ αγαπητούς, επειδή όλοι μας ερωτοτροπούμε με την ιδέα της παράβασης των κανόνων, κοινωνικών, ηθικών κλπ, ενώ ταυτόχρονα θα διασκεδάσαμε με αυτό. Έτσι οι τύποι αυτοί λειτουργούν σαν ένα είδωλο πραγμάτων και σχέσεων που θα θέλαμε να κάνουμε, αλλά είμαστε πολύ ντροπαλοί να πραγματοποιήσουμε στην πράξη. Οι έφηβοι δεν είναι καθόλου αμυντικοί στο να διαρρήξουν τους κανόνες αυτούς και «τρελλαινούνται» με την ιδέα να παραπλανούν τους άλλους. Δεν είναι δύσκολο λοιπόν να αντιληφθούμε πως όλα αυτά τα στοιχεία είναι παρόντα πίσω από τα κοινωνικά δίκτυα και αποκαλύπτουν τους πολύπλοκους μηχανισμούς πίσω από την ακούσια συχνά έκθεσή μας σε αυτά. Είναι συχνό φαινόμενο άνθρωποι με μόρφωση, κοινωνική δικτύωση και αποδοχή, στην (συχνά τραγική) ψυχολογική τους προσωπικότητα να είναι απομονωμένοι και μοναχικές φιγούρες που

αναζητούν την αληθινή ανθρώπινη κοινωνία αλλά δεν την επιτυγχάνουν καθώς δεν έχουν αναπτύξει κατάλληλα τις αντίστοιχες δεξιότητες.

Εδώ ακριβώς αναδύεται και το θέμα της εμμονής και του εθισμού (addiction) στο διαδίκτυο. Επιγραμματικά - έχουν δοθεί βεβαίως πολλαπλές ερμηνείες - το ερώτημα στο οποίο οφείλουμε να απαντήσουμε είναι ποιά ακριβώς πλευρά και ανάγκη του χαρακτήρος αναπληρώνει η υπερβολική χρήση του διαδικτύου. Είναι προφανώς μεταξύ αυτών και η έλλειψη της χαράς και ικανοποίησης που αντλεί κάποιος από μία ουσιαστική προσωπική και φιλική επικοινωνία, όταν δηλαδή η κοινωνία των προσώπων εκπληρεί και ταυτόχρονα υπερβαίνει κάθε ανάγκη απρόσωπης επικοινωνίας και αναζήτησης πληροφοριών, μάλλον δευτερευούσης σημασίας, στο διαδίκτυο. Είναι η εφηβική επίσης τάση της απομόνωσης, της εξερεύνησης του κόσμου, αλλά και του ίδιου του εαυτού, συμπεριλαμβανομένου και του σώματος και των λειτουργιών του, κάτι που ωστόσο πρέπει να κινήσει το ενδιαφέρον των γονέων και την διακριτική τους παρέμβαση προς την κατεύθυνση του μοιράσματος αυτής της ανάγκης για εξερεύνηση. Το μοίρασμα αυτό είναι που εμμέσως ανοίγει και την δυνατότητα του ελέγχου και κριτικής της εξερευνόμενης πληροφορίας.

Παρατήρηση: Το παρόν κείμενο είναι απόσπασμα του άρθρου «Άγχος και ψυχολογικό τραύμα στην εφηβική ηλικία. Ο ρόλος των κοινωνικών δικτύων», του π. Χρυσοστόμου Τύμπα, που δημοσιεύτηκε στο περιοδικό 'Ψυχής δρόμοι', τεύχος 10