



ΦΙΛΙΑ ΚΑΙ ΕΦΗΒΕΙΑ

Αλεξάνδρα, Αγνή, Ιωάννα, Μάγδα
Τάξη Β2 2022-2023

Η ΣΗΜΑΣΙΑ ΤΗΣ ΦΙΛΙΑΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΕΦΗΒΟ

Η φιλία είναι πάρα πολύ σημαντική για όλους τους ανθρώπους και ιδιαίτερα για τους εφήβους, καθώς βρίσκονται σε μια κρίσιμη ηλικία που χρειάζονται στήριξη για να διαμορφώσουν την προσωπικότητα τους και να κοινωνικοποιηθούν. Αρχικά τους προσφέρει την ευκαιρία να ανακαλύψουν τον εαυτό τους και τις δυνατότητες τους μέσω της σύγκρισης, της άμιλλας και του ανταγωνισμού, καθώς έρχονται σε επαφή με τη διαφορετικότητα και την ομοιότητα σε επίπεδο προσωπικότητας, συμπεριφοράς, απόψεων. Μέσω της φιλίας εξελίσσεται το αίσθημα του ανήκειν και αυξάνεται η αυτοεκτίμηση λόγω της αποδοχής των φίλων τους την οποία έχουν κερδίσει με τον δικό τους μοναδικό χαρακτήρα. Η υποστήριξη και η παρηγοριά από τους φίλους είναι εξαιρετικά σημαντική σε δύσκολες καταστάσεις και σε μεταβατικές περιόδους. Τέλος οι αναμνήσεις που τους προσφέρει είναι ανεκτίμητες και θα τους μείνουν αξέχαστες σε όλη τους τη ζωή.



ΚΡΙΤΗΡΙΑ ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΤΩΝ ΦΙΛΩΝ

Τα κριτήρια επιλογής του αληθινού φίλου είναι περίπου ίδια για όλους τους ανθρώπους. Η εχεμύθεια, είναι ένα από τα βασικότερα κριτήρια, καθώς ο καθένας αποζητά μια σχέση βασισμένη στην εμπιστοσύνη. Επιπλέον, η ειλικρίνεια είναι ένα χαρακτηριστικό που συμβάλλει στην δημιουργία μιας ουσιαστικής σχέσης, διότι είναι σημαντικό για το άτομο να ξέρεις ότι απέναντι του βρίσκεται ένας έντιμος χαρακτήρας που μπορεί να εμπιστευτεί για όλη του τη ζωή. Το σημαντικότερο όμως είναι το να υπάρχουν κοινές απόψεις και ενδιαφέροντα, αφού έτσι μπορούμε να δημιουργήσουμε ευχάριστες κοινές εμπειρίες μαζί με τους ανθρώπους που αγαπάμε. Στην ζωή μας θα πρέπει να έχουμε ανθρώπους που αξίζουν πραγματικά και που μας κάνουν να νιώθουμε ο εαυτός μας, όταν βρισκόμαστε μαζί τους.



ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΠΟΥ ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΤΗΝ ΕΠΙΛΟΓΗ ΦΙΛΩΝ

- **Εμφάνιση , δημοφιλία.** Δεν πρέπει να επηρεαζόμαστε από την εξωτερική εικόνα κάποιου αλλά να εστιάζουμε στην προσωπικότητα και τον χαρακτήρα του.
- **Καταγωγή .** Πρέπει να αποδεχόμαστε τον άλλον όπως ακριβώς είναι .
- **Κοινωνική τάξη ,οικονομική κατάσταση.** Τον φίλο μας τον επιλεγούμε, επειδή νιώθουμε ωραία μαζί του και όχι για να τον εκμεταλλευτούμε οικονομικά



Τον αληθινό φίλο, δεν τον ενδιαφέρει αν είσαι άφραγκος, ούτε πόσα κιλά ζυγίζεις, αν το σπίτι σου είναι χάλια, ούτε αν έχεις τρελό σόι. Σ' αγαπάει για αυτό που είσαι και σε στηρίζει σε όλα. Ο αληθινός φίλος, ακόμη κι αν περάσει καιρός χωρίς να μιλήσετε δεν θα αμβισβλητήσει ποτέ την φιλία σου. Να εκτιμάς αυτούς τους φίλους!
--ΜΙΛΩΝΤΑΣ ΜΕ ΕΙΚΟΝΕΣ--

ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗ ΚΑΙ ΔΙΑΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ ΤΩΝ ΕΦΗΒΩΝ

Η ενσυναίσθηση είναι απαραίτητη προϋπόθεση στις σχέσεις των έφηβων. Ενδυναμώνει τις διαπροσωπικές σχέσεις και φέρνει τους ανθρώπους κοντά.

- + Μου επιτρέπει να μπαίνω στην θέση του άλλου και να κατανοώ τις ανάγκες του*
- + Μου επιτρέπει να αναγνωρίζω τα συναισθήματα των άλλων*
- + Με κάνει καλύτερο φίλο και συμβάλλει σε μια υγιή σχέση*
- + Με κάνει πιο ανοιχτό στην διαφορετικότητα*
- + Μειώνει τον εγωισμό και τον εγωκεντρισμό μου*
- + Με βοηθά να αντιληφθώ ότι είναι σημαντικό να μιλώ θετικά για κάποιον*

ΔΕΝ ΜΠΟΡΟΥΜΕ ΝΑ ΑΡΕΣΟΥΜΕ ΣΕ ΟΛΟΥΣ

Ο κάθε άνθρωπος είναι ξεχωριστός. Όμως πολλοί έφηβοι προσπαθούν να αλλάξουν την προσωπικότητά τους, για να γίνουν αποδεκτοί από μια παρέα. Απαρνιούνται όλα τους τα προσωπικά στοιχεία, χάνουν την αληθινή ταυτότητά τους και καταπιέζουν τον εαυτό τους για κάποιον άγνωστο που δεν ξέρουν καν αν θέλει το καλό τους. Αυτό, δημιουργεί τελείως αρνητικά αποτελέσματα. Πρέπει πάντα να θυμόμαστε ότι δεν μπορούμε να αρέσουμε σε όλους.



Learning Knows No Bounds

Η ΓΝΩΜΗ ΤΩΝ ΕΦΗΒΩΝ ΓΙΑ ΤΗ ΦΙΛΙΑ

Η φιλία επιδρά διαφορετικά στην εφηβική ψυχολογία απ' ότι στη ψυχολογία του ενήλικα .Η φιλία καταλαμβάνει την πολυτιμότερη θέση στην καθημερινότητά του εφήβου. **Ταυτίζεται με τη χαρά, την ξενοιασιά, την ευεξία ,την κοινωνικότητα.** Ο έφηβος δεν μπορεί να διανοηθεί τη ζωή χωρίς φίλους. Σε μια τέτοια κρίσιμη ηλικία χρειάζεται δίπλα του άτομα με τα οποία θα μοιράζεται τους ίδιους προβληματισμούς και τις ίδιες ανάγκες. Αποτελούν γι' αυτόν πηγή ζωής ,αντίθετα η μοναξιά κλονίζει την αυτοεκτίμηση του.



Η ΑΛΗΘΙΝΗ ΦΙΛΙΑ

Μια αληθινή φιλία για να έχει τα σωστά θεμέλια για ένα παντοτινό δέσιμο, απαιτεί **ανιδιοτελή αγάπη, αμοιβαίες υποχωρήσεις, κοινά ενδιαφέροντα, αλληλοκατανόηση και ειλικρίνεια**. Αν όλα αυτά τα χαρακτηριστικά τα περιέχει μια φιλία, τότε θα πρόκειται για μια υγιή σχέση, η οποία θα μπορέσει να αποκρούσει όλες τις δυσκολίες που θα παρουσιαστούν στο μέλλον.



ΤΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΜΙΑΣ ΑΛΗΘΙΝΗΣ ΦΙΛΙΑΣ

- Εχεμύθεια
- Ειλικρίνεια
- Σεβασμός
- Αγάπη
- Κατανόηση
- Αποδοχή
- Εμπιστοσύνη
- Ανιδιοτέλεια
- Εκτίμηση
- Αφοσίωση
- Συμπαράσταση



Η ΠΑΡΕΑ ΣΤΟΥΣ ΕΦΗΒΟΥΣ

- Όταν μιλάμε για σκέτη παρέα τα κίνητρα είναι διαφορετικά. Οι έφηβοι δεν συναντιούνται για να μοιραστούν τη ζωή στο σύνολό της αλλά για να ευχαριστηθούν συγκεκριμένα πράγματα. Σε τέτοιες σχέσεις υπάρχουν όρια στο τι μπορούν να μοιραστούν . Αν προκύψει διαφωνία η φιλία αυτή συνήθως εξανεμίζεται.



ΟΙ ΕΧΘΡΟΙ ΤΗΣ ΦΙΛΙΑΣ ΣΤΗΝ ΕΠΟΧΗ ΜΑΣ

Στις μέρες μας η φιλία κινδυνεύει από πολλούς παράγοντες.

- *Η ζήλια και ο ανταγωνισμός, δημιουργούν εντάσεις ανάμεσα στους φίλους.*
- *Ο εγωισμός, το συμφέρον και η ιδιοτέλεια, απειλούν την εμπιστοσύνη μεταξύ των ατόμων στην παρέα.*
- *Η έλλειψη χρόνου και οι γρήγοροι ρυθμοί στις μεγαλουπόλεις οδηγούν τους ανθρώπους στην αποξένωση και την απομόνωση*
- *Τα κοινωνικά δίκτυα μεταβάλλουν το περιεχόμενο της φιλίας*
- *Η καταναλωτική νοοτροπία δεν επιτρέπει να αντιληφθούμε το ρόλο της φιλίας στην ανθρώπινη ευτυχία*

ΔΑΜΩΝΟΣ ΚΑΙ ΦΕΙΔΙΑΣ: ΕΝΑ ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑ ΑΛΗΘΙΝΗΣ ΦΙΛΙΑΣ

- Ο Δάμων και ο Φιντίας είναι δύο μυθικά πρόσωπα, γνωστά για την πολύ δυνατή τους φιλία. Τόσο, που ακόμα και στις μέρες μας, όταν κανείς θέλει να περιγράψει δύο καλούς φίλους, τους αποκαλεί «Δάμων και Φιντία»....

Διαβάστε όλο το

άρθρο: <http://www.mixanitouxronou.com.cy/arxaiotita/damon-ke-fintias-i-dio-fili-pou-tsakothikan-pios-tha-skotothi-gia-na-glitosi-ti-zoi-tou-o-allos-i-prosfora-tous-sigkinise-ton-tiranno-ton-sirakousson-ke-eginan-eonio-simvolo-afosis/>



ΓΝΩΜΕΣ ΓΙΑ ΤΗ ΦΙΛΙΑ

- Η φιλία [ή η αγάπη] είναι μια ψυχή που κατοικεί σε δυο σώματα. [Αριστοτέλης](#)
- Ο Σωκράτης όταν ρωτήθηκε ποιο είναι το απόκτημα που συμφέρει περισσότερο είπε: «ο σταθερός φίλος». [Σωκράτης](#)
- Αν αγαπάς τον εαυτό σου πολύ, δεν θα έχεις φίλους. [Μένανδρος](#)
- Να αποκτάς φίλους και όχι υλικά αγαθά. [Αίσωπος](#)
- Φίλος είναι κάποιος που σου δίνει πλήρη ελευθερία να είσαι ο εαυτός σου. [John Morrison](#)



ΕΝΑ ΤΡΑΓΟΥΔΙ ΓΙΑ ΤΗΝ ΦΙΛΙΑ

ΕΓΩ ΚΙ ΕΣΥ ΜΑΖΙ

*Εγώ κι εσύ μαζί.
Όταν η τύχη σου θα 'ναι φευγάτη,
και συ μακριά απ' το ζεστό σου κρεβάτι,
Τότε θυμήσου τη χρυσή συμβουλή.
Εγώ κι εσύ μαζί,
Εγώ κι εσύ μαζί.
Τα βάσανά σου είναι και δικά μου,
και για τους δυο μας χτυπάει η καρδιά μου,
Δυο φιλαράκια με μια ψυχή,
Εγώ κι εσύ μαζί,
Εγώ κι εσύ μαζί.*

Τζίμης Πανούσης

