

Dorastanie – kryzys i powtórna szansa na rozwój

Okres dorastania młodego człowieka to czas intensywnych zmian we wszystkich płaszczyznach rozwoju: biologicznej, psychologicznej i społecznej. Można powiedzieć, że jest to okres powtórnych narodzin, ponieważ w dość szybkim tempie pojawiają się oznaki dojrzewania płciowego, zmiany w obszarze rozwoju społeczno-emocjonalnego i poznawczego. Nagle posłuszne, grzeczne dziecko zmienia się w buntownika, który ma własne zdanie na wiele spraw, własne tajemnice, własną grupę rówieśniczą, którą my poznajemy jako ostatni. Prezentowana odmiennosc czy też pewność siebie nastolatka bywa niejednokrotnie ułudą, za którą kryje się lęk, zagubienie, smutek, osamotnienie, bezradność, ale też gniew, wściekłość. Niejednokrotnie dorośli czują się prowokowani, wręcz zachęceni do karania i stosowania ograniczeń, które często pogarszają sytuację.

Dorośli dla dzieci w tym okresie rozwoju stanowi punkt odniesienia, daje oparcie, ochronę a zarazem pozwala na samodzielność. Taka postawa dorosłego wiąże się z jego dojrzałością emocjonalną.

Jako początek okresu dojrzewania podaje się wiek 11-12 lat, jego zakończenie zbiega się zazwyczaj z wiekiem dwudziestu kilku lat. Początkowo na plan pierwszy wysuwają się zmiany w rozwoju biologicznym, potem zasadnicze znaczenie odgrywiają zmiany dotyczące sposobu przeżywania, myślenia. Zmiany te są ze sobą ściśle powiązane, stawiają młodą osobę w sytuacji licznych dylematów, trudności. Dziecko pozostawione samo w tej sytuacji niejednokrotnie wybiera rozwiązanie „ucieczkowe”, czyli zachowania zagrażające zdrowiu lub życiu, często używki. Jeden z podstawowych dylematów tego okresu dotyczy uzyskania niezależności. Nastolatek staje się coraz bardziej krytyczny wobec rodziców i innych autorytetów. Często waha się pomiędzy niezależnością, potrzebą decydowania o sobie a potrzebą zależności, która może wyrażać się poprzez postawę roszczeniową, wyrzuty dotyczące opuszczenia, braku zainteresowania, niezrozumienia ze strony rodziców. Może to prowadzić do podejmowania przez młodzież ryzykownych decyzji, które wynikają m.in. z myślenia życzeniowego („jakoś to się ułoży”, „to musi się udać”) niemającego osadzenia w rzeczywistości. Wybór szkoły (studiów), kształtowanie własnych poglądów, dążenie do niezależności, odnalezienie się w grupie rówieśniczej to tylko niektóre z „zadań”, które podejmuje młoda osoba.

Dojrzała emocjonalnie dorosła osoba może stanowić dla nastolatka realne wsparcie. Dojrzałość emocjonalna to integracja różnych aspektów własnej osoby, przyjęcie własnych ograniczeń, słabości, tolerowanie odmiennych opinii, zdolność do

uznania własnych błędów, podejmowanie odpowiedzialności za siebie i innych, czyli jest to cel, do którego zmierza nastolatek.

Najważniejsze pytania stawiane w okresie dojrzewania dotyczą poczucia tożsamości, czyli koncentrują się wokół określania siebie – jaki/jaka jestem? co jest dla mnie ważne? Odpowiedź na te pytania angażują całą osobę. Szukanie siebie odbywa się na wszystkich płaszczyznach: cielesnej (określanie siebie m.in. poprzez wygląd), psychologicznej (rozwiązywanie wewnętrznych dylematów, konfliktów), społecznej (angażowanie się w relacje poza rodziną) oraz duchowej (szukanie sensu życia, nadrzędnych wartości). Pomyślny przebieg tego okresu wyraża się poprzez ukształtowanie dojrzałej emocjonalnie osoby, która jest zdolna do nawiązywania trwałych relacji, podejmowania decyzji i przyjmowania odpowiedzialności za siebie i swoich bliskich.

ZAPAMIĘTAJ:

- 1. Jesteś punktem odniesienia dla młodego człowieka;**
- 2. Daj oparcie i ochronę;**
- 3. Jednocześnie pozwól dziecku na samodzielność;**
- 4. Daj dziecku wsparcie;**
- 5. Toleruj odmienność opinii;**
- 6. Nastolatek nie wierzy autorytetom;**
- 7. Nastolatek dąży do niezależności;**
- 8. Poświęć młodemu człowiekowi czas i uwagę;**
- 9. Nastolatek oczekuje akceptacji ze strony rówieśników.**

Więcej na ten temat:

Brytek – Matera A. „Obraz ciała – obraz siebie. Wizerunek własnego ciała w ujęciu psychospołecznym”

Dolto F. „Nastolatki”

Dolto F., Dolto – Tolitch C., Percheminier C. „Porozmawiajmy o dojrzewaniu. Kompleks homara”.

Opracowała: pedagog Marta Kordel