

PROBLEMY CZASU DORASTANIA

Jakkolwiek droga, jaką wchodzi w życie każda dorastająca dziewczyna czy chłopiec, jest drogą jedyną, to jednak podobne są zarówno napotykanie na niej trudności, jak i prześwity słońca.
Irena Obuchowska

Wprowadzenie

Czas dorastania to most, przez który człowiek przechodzi od beztrudnego dzieciństwa do odpowiedzialnej dorosłości. Czas, który wypełniają złożone, nierzadko burzliwe zjawiska, związane ze zmianami anatomicznymi, fizjologicznymi i psychicznymi. W bogatej literaturze przedmiotu zamiennie używa się nazw: dorastanie, dojrzewanie, adolescencja, wiek przejściowy, pokwitanie - odnoszą się one do całości lub wybranego aspektu przemian tego okresu. W psychologii polskiej najczęściej stosuje się nazwę wiek dorastania, obejmując nią zarówno dojrzewanie biologiczne, jak i związany z nim rozwój psychiczny oraz społeczny (I. Obuchowska, 1996, s. 9).

Wiek dorastania rozpoczyna się, jak podaje Obuchowska, w 11-12 r. ż. i trwa do osiągnięcia wieku młodzieńczego przypadającego na 18-19 r. ż., kiedy człowiek osiąga zdolność dawania nowego życia oraz zdolność do kształtowania własnego życia. Około 16 r. ż. nasilają się trudności psychiczne wieku dorastania, stąd ten etap dochodzenia do dorosłości określany jest jako kryzys młodzieńczy.

Główne zadania adolescencji M. Orwid i K. Pietruszewski (1996, s. 88) formułują następująco:

1. zakończenie procesu separacji/indywidualizacji rozpoczętego w pierwszym roku życia;
2. określenie własnej szeroko pojmowanej tożsamości: ustalenie tożsamości psychologicznej, psychoseksualnej, interakcyjnej, społecznej, ustalenie własnego systemu wartości i określenie własnych celów życiowych.

W okresie dorastania w relacjach młodego pokolenia z dorosłymi mogą wystąpić trudności, które zdaniem J. Skorupskiej-Sobańskiej (1967, s. 15), spowodowane są niewłaściwym, niedostosowanym do stopnia rozwoju młodzieży odnoszeniem się dorosłych do niej. Ich źródłem mogą być także niezaspokojone potrzeby fizyczne i psychiczne dorastających, co wywołuje stan frustracji i negatywizmu w stosunkach z otoczeniem.

Obuchowska (1996, s. 8) podkreśla fakt, iż uwagę społeczną, a także uwagę badaczy przyciągają przede wszystkim barwne i zaskakujące często objawy zachowania młodzieży, które są przyczyną trudności i wymagają wychowawczego ustosunkowania się. To wysuwanie na plan pierwszy zagadnień wymagających rozwiązania powoduje, że zwraca się uwagę na objawy kryzysu, mimo że nie występują one u każdego dorastającego i że są cechą tylko jednego z możliwych wzorów dorastania.

Dotkliwości czasu dorastania

Utrudnienia towarzyszące dochodzeniu do dorosłości, zachodzące w trzech obszarach: biologicznym, psychologicznym (intrap psychicznym) i społecznym (interakcyjnym), przysparzają wielu problemów zarówno adolescentom, jak i dorosłym. Często niekorzystnie wpływają na wypełnienie zadań wiążących się z "przechodzeniem" przez kolejne fazy dojrzewania. Orwid i Pietruszewski (1996) ten najczęściej przebiegający burzliwie proces konfrontacji dziecka i jego rodziny z zadaniami rozwojowymi adolescencji i proces ich rozwiązywania określają jako kryzys adolescencji. Może się on ujawniać poprzez skłonność do zamykania się w sobie, pogorszenie wyników w nauce, bunt wobec dotychczasowych autorytetów - zwłaszcza rodziców, krytycyzm, podejmowanie zachowań ryzykownych.

Większość zachowań problemowych ujawniających się w czasie dorastania wpływa z frustracji potrzeb psychicznych, nieumiejętności poradzenia sobie z trudnościami życiowymi oraz z trudności w realizacji celów życiowych. Nastolatek kłamie, bo jest to sposób na uniknięcie odpowiedzialności bądź uzyskanie zwolnienia z wypełnienia obowiązku. Często kłamstwo bywa środkiem do osiągnięcia pożądanego celu lub ochrony własnej prywatności przed dorosłymi. Fascynacja niektórymi gatunkami muzyki przekazującej negatywne treści (gloryfikowanie narkotyków, alkoholu, eksponowanie okultyzmu, sadyzmu, przemocy, itp.) często jest przejawem buntu wobec norm i autorytetów. Przynależność do destruktywnych grup wiąże się z obietnicą zaspokojenia potrzeb miłości, akceptacji, zrozumienia, samodzielności a jednocześnie oparcia i przynależności do grupy.

W życiu każdego człowieka bardzo ważna jest potrzeba sukcesu. Nastolatek w roli ucznia rzadko ma okazję, aby ją zaspokoić. Szkoła wspomaga w tym zakresie tylko najzdolniejszych, a uczniowie tzw. przeciętni, stanowiący znakomitą większość oraz przejawiający trudności muszą szukać poza szkołą zaspokojenia tej potrzeby. Najczęściej towarzyszą temu coraz trudniejsze relacje z rodzicami. Adolescent szukając więc grupy, która go zaakceptuje takim, jakim jest, popada w destrukcyjne środowisko, podejmuje zachowania ryzykowne.

Dorastaniu często towarzyszy nierównowaga emocjonalna, manifestowana nadmierną pobudliwością. Złe humory, drażliwość, wybuchy złości oraz agresja, szczególnie w przypadku chłopców, dają się we znaki otoczeniu nastolatka.

Dysfunkcyjne zachowania dorastających można ująć w następujące kategorie (Z. Gaś, 1995):

- poznawczo-emocjonalną, zawierającą: niską samoocenę, impulsywność, negatywne postawy wobec szkoły, niski rozwój poznawczy i niskie aspiracje w zakresie poziomu wykształcenia;

- behawioralną, obejmującą: łamanie dyscypliny szkolnej, zachowania przestępcze, zachowania aspołeczne, używanie środków odurzających;
- sieci społecznej dotyczącej: uwikłania w zachowania dysfunkcyjne oraz różne formy dezorganizacji życia rodzinnego.

Powyższe zachowania młodzież podejmuje na skutek stresu, presji rówieśniczej oraz braków w zakresie umiejętności porozumiewania się, rozwiązywania problemów i adekwatnej samooceny.

Rodzina a droga ku dojrzałości

Osiąganiu dojrzałości towarzyszą liczne problemy, sytuacje przysparzające kłopotów. Skutki błędów wychowawczych popełnionych przez rodziców we wcześniejszych fazach rozwoju ujawniają się niekiedy dopiero w okresie adolescencji, czyniąc ten czas jeszcze trudniejszym. Rodzice są odpowiedzialni za ustalenie reguł i zasad obowiązujących w rodzinie - to rodzina uczy kontaktów społecznych, nawiązywania więzi z innymi oraz radzenia sobie w sytuacjach trudnych. Jak młody człowiek poradzi sobie z "przejściem" z dzieciństwa w dorosłość zależy od przygotowania dziecka do pełnienia ról społecznych, wpojenia wartości, szacunku dla obyczajów i tradycji obowiązujących w danej kulturze oraz uczenia się komunikowania z innymi ludźmi.

Dzięki pełnieniu funkcji wychowawczej w dziedzinie psychologicznej rodzina odgrywa w stosunku do dziecka rolę "niwelatora wstrząsów, filtru i pomostu", chroniąc je przed zbyt brutalnym zetknięciem się z rzeczywistością i stanowiąc bazę, z której mogłoby ono rzucać się w wir świata rozciągającego się poza domem (G. Kowalczyk 2000, s. 13).

Zdarza się nierzadko tak, że nie sposób uniknąć trudności wychowawczych towarzyszących dorastaniu, gdyż nastolatek przejawia skłonność do buntu i eksperymentowania. Niezwykle ważne jest więc zastosowanie pozytywnych bodźców wychowawczych oraz zapobieganie niepożądanym zachowaniom zanim staną się one faktem. Wskazanie nastolatkowi różnic pomiędzy zmysleniem a rzeczywistością, uświadomienie znaczenia uczciwej postawy zarówno w życiu rodzinnym jak i społecznym pomoże mu rozwiązywać sytuacje trudne bez posługiwania się kłamstwem. Wyrobienie w dziecku krytycyzmu wobec brutalnych przekazów i treści uchroni je przed destruktywnymi zachowaniami. Zdolność korygowania własnego postępowania nie bierze się z niczego, ani nie pojawia się nagle. W procesie nabywania samokontroli dziecko potrzebuje rodzicielskiego wsparcia i przewodnictwa (Bez niedomówień do rodziców..., 1998).

Wspomaganie dorastających

Ujawniające się w okresie dorastania, często silnie demonstrowane przez nastolatków zaburzenia w zachowaniu, powinny, zdaniem Z. Gasia (1995), być impulsem do zintensyfikowania działań wspomagających ukierunkowanych na konstruktywne zaspokojenie ich potrzeb rozwojowych. Przytaczane przez niego propozycje B. Varenhorsta warto wykorzystać w praktyce wychowawczej (od kilku lat z pozytywnym skutkiem stosują je we własnej praktyce pedagogicznej). Wspomaganiu dorastania młodego pokolenia sprzyja:

- okazywanie szacunku, poprzez traktowanie młodych jako osoby zdolne do uczestnictwa w podejmowaniu decyzji;
- okazywanie zainteresowania i zaangażowania w sprawy młodzieży poprzez konstruktywną współpracę i tworzenie warunków do rozwijania dojrzałej niezależności;
- tworzenie młodzieży warunków do konstruktywnego eksperymentowania w życiu poprzez kształtowanie umiejętności poznawania własnych możliwości i ograniczeń;
- tworzenie nastolatkom warunków do rozwijania kompetencji społecznej;
- zapewnienie możliwości korzystania z pomocy dorosłych wolontariuszy lub specjalistów;
- tworzenie okazji do rozwoju moralnego ze szczególnym naciskiem na modelowanie zachowań moralnych poprzez dostarczanie wzorców przez dorosłych;
- udzielanie młodzieży pomocy w odnajdywaniu sensu życia.
W okresie dorastania szczególną wagę należy zwrócić - zdaniem J. Skorupskiej-Sobańskiej (1962) - na następujące właściwości młodzieży:
- bujnie rozwijający się intelekt, a szczególnie zdolności myślenia przyczynowo-skutkowego i w związku z tym krytycyzm;
- ogólnie zrjonalizowana postawa wobec szeregu zjawisk;
- pozytywne w zasadzie nastawienie uczuciowe wobec rodziców i rówieśników;
- silnie zaznaczająca się potrzeba samodzielności i nowego doświadczenia obok szeregu innych;
- pewna nadpobudliwość nerwowa i uczuciowa.

Bardzo istotne jest także zapewnienie nastolatkom zaspokojenia podstawowych potrzeb. Szczególnie ważna jest potrzeba samodzielności, którą można zrealizować drogą stopniowego rozszerzania swobody młodzieży, uznania społecznego i sukcesu. Jest to sposób na przeciwdziałanie powstawaniu napięć frustracyjnych i zapobieganie wystąpieniu oraz utrwaleniu się niepożądanych form zachowania, takich jak agresja, izolacja, apatia itp.

Zakończenie

Drogi dochodzenia do dorosłości bywają trudne, pojawiające się przeszkody i sprzeczności są jednak naturalną koleją rzeczy. Prawdą jest, że nie każdemu młodemu człowiekowi czas ten upływa burzliwie, że nie każdy doświadcza gwałtownych przeżyć rzutujących na charakter relacji z otoczeniem. Osiąganie dojrzałości to przecież także czas nawiązywania głębokich i trwałych przyjaźni, rozwijania zdolności i zainteresowań oraz własnej indywidualności. Warto więc zadbać o budowanie mostów w relacjach z nastolatkami, skupiając się na przedsięwzięciach i działaniach rozpraszających burze i niepokoje, sprzyjających budowaniu przeświadczenia, że dorastanie, mimo że jest trudne, jest zarazem najpiękniejszym okresem w życiu każdego człowieka.

Obecnie dojrzewanie człowieka staje się coraz bardziej skomplikowane z uwagi na zmieniające się obyczaje i występujące sprzeczności w głoszonych ideach oraz preferowanych systemach wartości. Zachodzące współcześnie gwałtowne zmiany i przeobrażenia stanowią tło powstających trudności i niespójności, stają się częścią indywidualnych konfliktów jednostki zarówno w prawidłowym jak i zaburzonym rozwoju (M. Orwid, K. Pietruszewski, 1996). Jednakże czas adolescencji nie może kojarzyć się jedynie z negatywnymi doświadczeniami, sytuacja kryzysu jest także możliwością rozwoju psychologicznego - trudne sytuacje i trudne wybory są "siłą napędową" rozszerzania własnego pola poznawczego oraz dostarczają okazji do nowych doświadczeń emocjonalnych. Orwid i Pietruszewski wyraźnie podkreślają, iż adolescencja przynosi więc szansę zmiany i rozwiązania wcześniejszych problemów i konfliktów rozwojowych.

Beata Ciupińska

Beata Ciupińska - pedagog szkolny w Zespole Szkół Elektryczno-Elektronicznych w Radomsku

Bibliografia

- Gaś B. Z. (1995): Pomoc psychologiczna młodzieży. Warszawa, Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne.
- Kowalczyk G. (2000): Wychowanie w rodzinie. Poradnik Metodyczny nr 2 "Wychowanie Prorodzinne i Seksualne". Szczecin, Ośrodek Działań Prorodzinnych.
- Bez nieudomówień do rodziców. O problemach dzieciństwa i dorastania (1998) red. nauk. A. Janowski, I. Namysłowska. Warszawa, Instytut Psychiatrii i Neurologii oraz ELMA BOOKS.
- Obuchowska I. (1996): Drogi dorastania. Psychologia rozwojowa okresu dorastania dla rodziców i wychowawców. Warszawa, Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne.
- Orwid M., Pietruszewski K. (1996): Psychiatria dzieci i młodzieży. Kraków, Collegium Medicum UJ.
- Skorupska-Sobńska J. (1967): Młodzież i dorośli. Warszawa, Państwowe Zakłady Wydawnictw Szkolnych
- Szymańska J. (2000): Programy profilaktyczne. Podstawy profesjonalnej psychoprofilaktyki. Warszawa, Centrum Metodyczne Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej MEN.

