

ZAGROŻENIA ROZWOJU OKRESU DORASTANIA

Wiek od 11 do 18 roku życia to okres dorastania. Jest to czas przemian w rozwoju fizycznym, umysłowym i społecznym. W okresie dorastania dominującą formą działalności jest nauka, a pod koniec tego okresu, u części młodzieży pewnego znaczenia zaczyna nabierać praca. Dla wszystkich nastolatków myślenie o swej przyszłości i wyborze zawodu staje się sprawą ważną i aktualną. Jest to konsekwencja całokształtu zmian rozwojowych w tym wieku i początków wrastania w społeczeństwo ludzi dorosłych.

W rozwoju umysłowym obserwuje się przyrost sprawności intelektualnych mierzonych testami inteligencji. Myślenie młodzieży staje się bardziej abstrakcyjne, logiczne, obiektywne i krytyczne.

Specyficzną właściwością procesu dorastania są przeobrażenia w rozwoju zainteresowań, w kontaktach społecznych i w życiu uczuciowym. Zainteresowania młodzieży mogą dotyczyć różnych spraw. Na uwagę zasługuje kształtowanie się zainteresowań zawodowych, poznawczych, ogólnopoglądowych oraz sferą własnych przeżyć psychicznych. Przedmiotem rozważań młodzieży bywają takie zagadnienia jak: czas, przestrzeń, śmierć, cel i sens życia. Zainteresowanie własną psychiką może wyrażać się w potrzebie zwierzeń osobom bliskim, a nawet w próbach twórczości poetyckiej i literackiej oraz w prowadzeniu dzienników, w których zapisywane są myśli i przeżycia ich autorów.

Analiza kontaktów społecznych w okresie dorastania koncentruje się zwykle na trzech dziedzinach: stosunki rodzinne, stosunki z rówieśnikami i stosunek do przedstawicieli płci odmiernej. W wieku dorastania znacznie komplikują się kontakty z członkami rodziny. Dorastające młode osoby, przejawiające potrzebę samodzielności i wytwarzające sobie własny system wartości, nie zawsze zgodny z poglądami rodziców, popadają w konflikty z najbliższym otoczeniem. W związku ze wzrastającym krytycyzmem, młodzież poddaje krytycznej ocenie poglądy i zachowanie się poszczególnych osób oraz wymaga coraz bardziej przekonującej argumentacji, nierzadko popadając przy tym w skrajności. Konflikty w domach rodzinnych powstają często na skutek hamowania wzrastającej potrzeby samodzielności, rygorystycznej kontroli, różnic w poglądach i braku zrozumienia młodzieży przez dorosłych. W istocie nie są one zwykle aż tak częste i i tak poważne, aby prowadziły do trwałego rozdziewięku. Młodzież rozumie zasadniczo fakt, że środowisko domowe zaspakaja wiele jej potrzeb nie tylko bytowych, ale i psychicznych.

Szukając właściwych metod postępowania z nastolatkiem, rodzice często odwołują się do popularnych mitów i haseł. Niejednokrotnie są one podstawą do tworzenia się u rodziców błędnych przekonań normatywnych. Dość powszechne jest przekonanie, że nastolatkowi nie zależy na uczuciach i opinii rodziców, a stawianie granic wywołuje u niego bunt i odsuwanie się od rodziny.

Dorośli przestają więc bezpośrednio okazywać swoje uczucia, boją się ograniczać swobodę dziecka. Badania prowadzone przez CBOS dotyczące spraw emocjonalnych w relacjach rodzic – dziecko przynoszą zaskakujące informacje dla rodziców. Okazuje się, że w wieku dorastania, rodzice nadal stanowią dla własnych pociech najważniejsze źródło miłości, uznania, oparcia, bezpieczeństwa a nastolatek obdarza ich miłością mimo pozorów odrzucenia. Psychologowie podkreślają, że młodzież buntuje się przeciwko ograniczeniom swobody, ale jest nieszczęśliwa, gdy nikt nie zakreśla im granic. Brak ograniczeń uważa za dowód obojętności rodziców. Oprócz starć i napięć, dorastających łączą również bliskie i przyjazne stosunki z rodzicami. Stwierdzono, że matki osiągają większy stopień intymności ze swoimi dziećmi niż ojcowie.

W okresie dorastania coraz silniejsza jest potrzeba bycia rozpoznawanym i akceptowanym. W miarę zmniejszania się zależności dorastających od rodziny, jej miejsce w zapewnieniu poczucia bezpieczeństwa zajmują rówieśnicy. Jest to czas kształtowania się silnych indywidualnych przyjaźni lub więzi obejmujących większą liczbę uczestników. Dziewczęta wykazują większą skłonność do bardziej intymnej, ekskluzywnej przyjaźni niż chłopcy. Im ściślejsza jest przyjaźń kobieca, tym większe jest w niej odkrywanie się. Chłopcy bagatelizują intymne zwierzenia i emocjonalną bliskość relacji.

W tym okresie tworzą się „paczki” rówieśników, których łączy przyjaźń, sympatia, podziw, wspólne zainteresowania. W wieku dorastania następuje rozwój kontaktów heteroseksualnych. Pojawiają się formy zachowań związane z tendencją do zbliżenia fizycznego np.: kokieteria, flirt, stwarzające zarazem pewne problemy wychowawcze. Z czasem dorastającym stają się dostępne bardziej złożone rodzaje społeczno-emocjonalnych więzi heteroseksualnych. Pojęcie miłości stanowi częsty przedmiot rozważań młodzieży, lecz odpowiednie przeżycia i zachowania przejawiają się w formach niedojrzałych i naiwnych. Dziewczęta wyprzedzają chłopców pod względem bardziej dojrzałego zachowania się w kontaktach heteroseksualnych.

Przeżycia emocjonalne wieku dorastania charakteryzuje duża intensywność, a zarazem ich zmienność. Nastoletnia młodzież przeżywa wszystko głęboko, ale ulega też łatwo przeciwnym nastrojom. W różnych momentach okresu dorastania obserwuje się też tendencje do skrytości, tajemniczości, chęć unikania innych oraz przejawy zawstydzenia i niezręczności w sytuacjach społecznych. Życie emocjonalne w omawianym okresie jest w dużym stopniu uwarunkowane specyficznymi przemianami w organizmie, zwłaszcza w obrębie układu wewnątrzwydzielniczego. Jednakże na rozwój życia uczuciowego wpływają również inne czynniki. Osiąganiu dojrzałości emocjonalnej sprzyjają: kontakty społeczne, różnorodność podejmowanych ról społecznych, oddziaływania wychowawcze, rozwój zainteresowań, lektura, zdolność do samooceny oraz tendencje samokształceniowe. Dzięki tym społecznym czynnikom młodzież uzyskuje coraz większą kontrolę nad swoimi

przeżyciami, a jednocześnie następuje wyraźny zwrot w kierunku kształtowania się uczuć wyższego rzędu: społecznych, etycznych i estetycznych.

W ostatnich latach psychologowie zajęli się wieloma problemami nieprzystosowania dorastających, które narastają w sposób alarmujący i wzbudzają ogromne zainteresowanie publiczne. Należą do nich: używanie środków psychoaktywnych, przestępczość nieletnich, samobójstwa nastolatków oraz zaburzenia łaknienia.

Wiek dorastania jest czasem wzmożonej podatności na uzależnienie się od alkoholu i narkotyków. Młodzi ludzie doświadczając stanów obniżonego nastroju, braku motywacji do działania, poczucia dezorientacji są szczególnie skłonni do poszukiwania czegoś, co zapewni im choćby chwilową ulgę. Ta tendencja, w połączeniu z łatwą dostępnością alkoholu i narkotyków, reklamowaniem alkoholu oraz skłonnością młodzieży do eksperymentowania powoduje, że wiek dorastania jest okresem szczególnie częstych inicjacji dotyczących wszelkiego rodzaju używek. Dlaczego kontakt z używkami jest tak zagrażający dla młodych ludzi? Przyczyn jest kilka. Przede wszystkim, młodzi narażeni są na silny stres uwarunkowany specyfiką okresu rozwojowego. Po wtóre, nastolatki nie dysponują dojrzałymi i konstruktywnymi metodami radzenia sobie ze stresem. Niebezpieczeństwo staje się wyjątkowo duże, gdy odurzanie się narkotykami lub alkoholem dostarcza poczucia odprężenia, poprawia nastrój, powoduje odsunięcie od siebie myśli o trudach dnia codziennego, daje większą swobodę w nawiązywaniu kontaktów czy służy uzyskaniu akceptacji ze strony rówieśników. Wszystko to może prowadzić do coraz bardziej regularnego aktywnego sięgania po używki. W ten właśnie sposób powstaje i utrwała się destruktywny wzorec postępowania. Mimo, że młoda osoba nie musi doświadczać jawnych, osobistych szkód, których przyczyną są używki, to na tym etapie specjaliści dopatrują się początku choroby uzależnienia. W ten sposób powstały destruktywny wzorec radzenia sobie ze stresem, będzie mieć tendencje do powielania w życiu dorosłym, prowadząc do bardziej zaawansowanych i drastycznych form uzależnienia. Jakie mogą być ogólne wskazania dla dorosłych wychowujących młodych ludzi?

Wydaje się, że konsekwentny brak przyzwolenia ze strony dorosłych, dotyczący spożywania alkoholu przed 18 rokiem życia, w istotny sposób zmniejsza ryzyko wystąpienia w/w problemów. Czytelny, konsekwentnie przestrzegany przez dorosłego zakaz oraz jego uzasadnienie, nawet gdyby miały prowadzić do pewnych napięć, ostatecznie będzie raczej służyć budowaniu autorytetu dorosłego w oczach młodych ludzi.

Kluczową sprawą jest wspieranie dorastających poprzez okazywanie im szacunku oraz dostrzeganie ich mocnych stron. Uwaga i zainteresowanie również tym, co jest dla nich źródłem niepokoju bądź trudności w połączeniu z bezinwazyjnymi wskazówkami – jak można sobie radzić – zwiększają szanse na osiągnięcie dobrego samopoczucia w konstruktywny sposób.

Ponadto, nawiązując z nastolatkami dobry kontakt powodujemy, że nasze postawy, również te odnoszące się do używek, mogą być dla nich znacznie bardziej przekonujące, a nawet atrakcyjne.

Kolejnym zaburzeniem okresu dorastania jest przestępczość nieletnich. Pojęcie „przestępczość nieletnich” jest pojęciem prawnym i kryminologicznym, powszechnie stosowanym na całym świecie. Dominującymi czynami w grupie osób do 17 roku życia są przestępstwa przeciwko mieniu, na szkodę osób prywatnych i różnego typu instytucji.

Przestępczość nieletnich w globalnej liczbie stwierdzonych przestępstw mieści się w granicach 25-28%. Uczestnictwo dziewcząt w przestępczości nieletnich sięga 7%. Jednocześnie dostrzega się wzrost odsetka nieletnich, którzy w chwili dokonania czynów karalnych byli po spożyciu napojów alkoholowych. Pozostaje to w ścisłym związku z tym, że w rodzinach nadmiernie spożywających napoje alkoholowe wychowuje się około 10% młodzieży, tj. ponad pół miliona małoletnich.

Psycholog M. Toeplitz-Winiewska twierdzi, że czynniki biologiczne, psychologiczne oraz warunki środowiskowe kształtują mechanizm uruchamiania zachowania przestępczego. Wśród nich należy wymienić: czynniki związane ze środowiskiem rodzinnym (rozbite rodziny, brak miłości rodzicielskiej, nadmierna dyscyplina, alkoholizm, postawa antyspołeczna rodziców), zachowania szkolne typu: wagary, porzucenie nauki w szkole, zachowania agresywne, picie alkoholu oraz zmniejszone zdolności planowania i przewidywania, samokontroli i samooceny. Z przestępczością nieletnich wiąże się też ubóstwo społeczeństwa. Gdy dołączy do niego niski poziom wykształcenia czy wysokie bezrobocie to przestępczość nieletnich wzrasta.

W okresie dorastania pojawia się problem samobójstw młodzieży. Przyczyny samobójstw dorastających są liczne. Jednym z trwale powtarzających się powodów jest depresja. Wielu nastolatków przeżywa wszechogarniające poczucie bezwartościowości, zahamowania i beznadziejności. Nadużywanie alkoholu i zależność są także czynnikami prowadzącymi do samobójstw.

Innymi prawdopodobnymi powodami są: uczucie przytłoczenia, znajdowania się w centrum kryzysu lub utrata ukochanej osoby. Wiele ofiar samobójstw to młodzież odrzucona, pozbawiona miłości i uwagi. W większości to osoby wyalienowane, czujące się społecznie odizolowane od reszty świata. Przypadki zamachów samobójczych zdarzają się w różnych rodzinach: dysfunkcyjnych, ale też w prawidłowo funkcjonujących. Nadmierny, a często nawet odpowiedni rygorizm rodziców w stosunku do dzieci nieodpornych na środki dyscyplinarne, może wywołać reakcje patologiczne.

Uwarunkowania środowiskowe zamachów samobójczych w dość licznych przypadkach dotyczą domu i szkoły. Niepowodzenia w nauce w połączeniu z dużą dyscypliną domową powodują sytuacje, w których młoda osoba nie ma oparcia i nie widzi innego wyjścia niż „targnięcie” się na własne życie.

Próby samobójcze w okresie dorastania powinno się traktować jako formy wołania o pomoc, których celem jest nie tyle odebranie sobie życia, co zwrócenie na siebie uwagi otoczenia. Każda próba samobójcza zasługuje na poważne traktowanie, bez względu na to ile w niej było rzeczywistego zamiaru pozbawienia się życia. W działalności profilaktycznej istotne jest współdziałanie rodziców, nauczycieli, osób udzielających porad i innych zainteresowanych tymi zagadnieniami dorosłych. Istotna jest poprawa warunków wzmagających tendencje samobójcze, takich jak: relacje międzyludzkie, atmosfera wychowawcza. U młodzieży szkolnej ważne jest wzmacnianie motywacji do nauki i rozwijanie zainteresowań, co pozwoli na stopniowe uzyskiwanie samowzmocnienia. Przyczynia się to do podniesienia poziomu samoakceptacji i ukazuje sens i wartość życia.

Z okresem dorastania wiążą się też problemy w kategorii zaburzeń łaknienia, czyli anoreksja i bulimia. W większości na choroby te zapadają dziewczęta, najczęściej w wieku 15-25 lat. Anoreksja to powolne wyniszczanie organizmu poprzez zaprzestanie przyjmowania pokarmu i doprowadzenie do zaniku łaknienia i awersji do pokarmu. U podstaw anoreksji tkwi nieugięte pragnienie by być szczupłą. To pragnienie staje się obsesją. Drastyczne ograniczenia dietetyczne powodują, że wiele anorektyczek zupełnie przestaje jeść. Wiele codziennie stosuje środki przeczyszczające. Osoby te na ogół nie zgadzają się z opiniami otoczenia, że wyglądają na wyniszczone. Wśród czynników etiologicznych anoreksji ważną rolę odgrywa moda. Środki masowego przekazu, filmy, reklamy zamieszczane w prasie i telewizji, dostarczają wzorców pięknego wyglądu. Lansują one młodych, szczupłych ludzi obojga płci, opisując często rygory dietetyczne przestrzegane przez nich w celu uzyskania i utrzymania modnego wyglądu. Anoreksja jest głębokim zaburzeniem, które może prowadzić do poważnego odwodnienia, niedożywienia, ciężkich powikłań funkcjonowania metabolicznego a nawet do śmierci. Na anoreksję chorują osoby z inteligencją więcej niż przeciętną, perfekcyjne, pedantyczne, obowiązkowe, ale także podejrzliwe, o braku zaufania do siebie, niskiej samoocenie, oraz skłonne do depresji.

Bulimia to odwrotność anoreksji. To „wilczy apetyt” powodujący, że osoby chore zjadają wszystko, co mają w zasięgu ręki, aby potem doprowadzić do torsji, ze względu na wyrzuty sumienia. Dziewczęta dotknięte bulimią mają podrażniony przełyk i żołądek, co prowadzi do częstych stanów zapalnych śluzówki.

Anoreksja i bulimia, to choroby podobne do alkoholizmu. Można z nich wyjść, ale już do końca życia trzeba się pilnować. W Polsce liczba osób zapadających na te choroby jest coraz większa. Powodem może być to, że mamy trudności z przystosowaniem się do nowej rzeczywistości, do coraz szybszego życia, do komercjalizacji. Człowiek staje się osamotniony. Bardzo często dorośli skupiają się na własnej karierze i zarabianiu pieniędzy, zapominają o dzieciach

i uczuciach. Powielamy wzorzec zachodni, tymczasem trzeba zwolnić, znaleźć czas na rozmowę z najbliższymi.

Zachowania samoobronne młodzieży, które pokrótce przedstawiłam są konsekwencją nieradzenia sobie z wymogami życiowymi. My, dorośli możemy pomóc młodzieży w realizacji zadań rozwojowych okresu dorastania. Rodzice, poprzez stworzenie dobrej i ciepłej atmosfery rodzinnej, rozmawianie z dzieckiem, okazywanie pozytywnych uczuć, docenianie osiągnięć dziecka zdrowe motywowanie do pracy. Nauczyciele, poprzez miły, serdeczny stosunek do uczniów, przestrzeganie reguł współżycia społecznego, sprawiedliwe, obiektywne ocenianie oraz budzenie i rozwijanie zainteresowań i uzdolnień młodzieży. Ścisła współpraca rodziny i szkoły nastawiona na poznawanie zachowań dziecka w obydwu środowiskach, zdecydowanie wpłynie na zmniejszenie problemów dorastającej młodzieży.

Literatura: J. Strelau, A. Jurkiewicz, Z. Putkiewicz „Podstawy psychologii dla nauczycieli”, PWN, Warszawa 1975, Jeffrey S. Turner, Donald B. Helms „Rozwój człowieka” Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne Spółka Akcyjna, Warszawa 1999, „Encyklopedia Pedagogiczna” pod redakcją Wojciecha Pomykała, Fundacja Innowacja, Warszawa 1993 Szymon Hejmanowski „Okres dorastania – wybrane problemy” W: „Remedium” Nr 1, styczeń 2004.

opracowała

Wanda Rutkowska-Kałwa

pedagog szkolny Zespołu Szkół

im. A. Świętochowskiego w Gołotczyźnie