

TRUDNY CZAS DOJRZEWANIA

Tytuły poradników dotyczących dorastania nie pozostawiają złudzeń. Z okładek krzyczą hasła takie jak „Trudny czas dojrzewania”, „Jak radzić sobie z nastolatkiem?”, „Jak przetrwać dorastanie dziecka?” zapowiadające, że praca wychowawcza z nastolatkiem nie jest łatwa. Zaglądamy do tych opracowań i dowiadujemy się, że szczególnie intensywnie doświadczymy dorastania naszych dzieci w okresie od 10 do 13 roku życia.

Dojrzewanie to długi proces obejmujący okres od 10 do 20 roku życia. Wczesna faza dorastania (10 – 13 rok) przypada na ostatnie lata nauki w szkole podstawowej. Dojrzewanie dziewcząt i chłopców przebiega w różnym tempie, są też indywidualne różnice między uczniami w tym zakresie. Ale w siódmej klasie większość z nich jest już w tej niezwyklej fazie życia, która spędza sen z powiek rodzicom i wychowawcom. Początki tej drogi są szczególnie trudne. Gdy robimy coś po raz pierwszy, zwykle nie wychodzi nam to najlepiej. Jest to tak zwany efekt nowicjusza. Wyobraźmy sobie ucznia szkoły fryzjerskiej i jego pierwsze dni praktyk. Nawet najlepiej przygotowana osoba popełni wiele błędów. Pierwsze cięcia mogą być krzywe, zbyt drastyczne, niewłaściwie dobrane do osoby.

Efekt nowicjusza polega na niewłaściwym używaniu narzędzi, zbyt mocnym, za mało precyzyjnym. To świetna metafora zachowań osób wchodzących w okres dorastania. Zaczynają one czuć się jak dorośle, nie chcą być traktowane jak dzieci. Nie wszystko jednak się im udaje, co rodzi frustrację i złość. Wymaga to od dorosłych delikatności i wyrozumiałości, bo stawianie pierwszych kroków w świecie odpowiedzialności za siebie i innych jest obarczone możliwością błędów, niewłaściwych wyborów, odczuwania nadmiernych emocji.

Warto też na początek dorastania spojrzeć z perspektywy strat, jakie ponoszą osoby wkraczające na tę drogę. Dzieciństwo to okres stabilny, dorastanie nie. Młodsze dzieci już dobrze odnalazły się w realiach szkoły, są skupione na nauce. Nagle to wszystko się rozbija jak statek o skałę. Pojawiają się problemy i myśli, które są nowe, trudne. Zachodzące zmiany są szybkie i intensywne.

Nastolatek traci kontrolę nad własnym ciałem. W okresie przejściowym ciało odmawia mu posłuszeństwa. Przestaje mu się podobać, staje się karykaturalnie nieproporcjonalne. Problemy z cerą, nadmierna potliwość, pierwsze symptomy dojrzałości seksualnej odbierają nastolatkowi spokój i bez troskę. Dorośli zaczynają od nastolatka coraz więcej wymagać, akurat w okresie, gdy wykonywanie różnych zadań jest niezwykle trudne. Niechęć do realizowania zadań szkolnych może więc być związana z przeciążeniem i z tzw. żalobą po dzieciństwie. Stwierdzenia typu: „dlaczego musiałem się tak zmienić?” lub „tęsknię za piątą klasą, bo wtedy życie było łatwiejsze” wskazują, że niektórzy nastolatkowie przeżywają siebie jako osoby, które coś straciły. Gdy mam 11 – 12 lat nagle odkrywam, że wszystko mnie dotyczy. O mnie są piosenki, których słucham. Pani w autobusie patrzy na mnie krzywo. Rodzice są nieszczęśliwi, bo mają takie nieudane dziecko.

Skierowanie wielkich porcji energii na siebie jest typowe dla tego okresu i nie jest działaniem wymierzonym przeciwko światu, choć tak może to wyglądać. Okazuje się bowiem, że plama na koszulce jest ważniejsza niż sprawdzian z geografii. Jedno słowo rodzica w drodze do szkoły skutkuje bójką z kolegą podczas przerwy. Jest to etap, w którym z jednej strony ocenia się siebie i innych ludzi bardzo powierzchownie, zwykle po wyglądzie, a z drugiej czas intensywnego wglądu w siebie. Tu też daje o sobie znać efekt nowicjusza. Pierwsze oceny są krytyczne, czarno-białe, intensywne. Oznacza to, że właśnie początek dorastania może być nie tylko czasem skupiania się na sobie, ale też gwałtownego spadku samooceny. Skupiony na sobie i swoich przeżyciach nastolatek ma lustro, w którym się ciągle przegląda. Jest nim grupa rówieśnicza. Mówienie o tym, jak rówieśnicy są ważni dla adolescentów, brzmi jak banał, ale pracując z tą grupą wiekową warto przypominać sobie, jakie ten fakt ma konsekwencje.

Wiele działań nastolatka nosi znamiona konformizmu. Sprzeciwienie się grupie, a w konsekwencji odrzucenie przez nią sprawia ból, który można porównać z fizycznym. Za poczucie przynależności i akceptację, młodzi ludzie są gotowi zapłacić wysoką cenę. Problem pogłębia fakt, że cechami wczesnej fazy dorastania są słabe granice między sobą a światem, duża podatność na wpływy, zmienność decyzji, brak stabilnego systemu przekonań. Obraz nastolatka, który widzimy, to nie odpowiedź na pytanie: jaki on jest? ale: jakim on chce być, żeby widziała go grupa? Zachowanie twarzy przed klasą jest ważniejsze niż nauczyciel czy szkolna ocena. Nie oznacza to, że należy niewłaściwe zachowania nastolatków traktować pobłaźliwie. Warto jednak brać pod uwagę ich społeczny kontekst.

Kształtowanie się tożsamości to niełatwy proces. Dorastająca osoba nabiera zdolności do nazywania swoich ról, oceniania ich, dostrzega między nimi sprzeczności. Próbuje też je zintegrować. Nastolatek ocenia i porównuje swoją rodzinę z rodzinami kolegów i koleżanek, swój wygląd z wyglądem kolegów. Potrafi krytycznie spojrzeć na siebie jako ucznia, w planach na przyszłość dziecięcy idealizm zastępuje realizm oceny sytuacji, a nawet negatywizm. Dorastający młody człowiek czuje się w pewnych obszarach lepszy niż rówieśnicy, w innych gorszy. Oceny te są jednak bardzo subiektywne i często dalekie od spostrzeżeń innych osób. Utrata dziecięcych różowych okularów sprawia, że obiektywnie dobre warunki życia i rozwoju wydają się złe. Nastolatek może snuć w głowie historię o sobie: mam takich rodziców, tak widzą mnie koledzy, tego się boję, w tym jestem dobry. Historia ta, która zaczyna tworzyć jego tożsamość, na początku pełna jest generalizacji – skoro się nieszczęśliwie zakochałem, to zawsze będę nieszczęśliwy.

Niestety informacja, że to przejściowe i że za 10 lat będzie się śmiał z dylematów wczesnego dorastania, nie pomoże mu w poradzeniu sobie. Dlatego tak ważny jest życzliwy dorosły towarzyszący i wspierający, ale nie kontrolujący. Jednym z zadań dorastania jest samostanowienie, czyli uwolnienie się spod kontroli. Eksponując fakt, że to my, jako nauczyciele, mamy nad uczniem kontrolę, wywołujemy bunt. Oczywiście nie oznacza to, że nastolatki mają przejąć całkowicie kontrolę na przykład nad przebiegiem lekcji. Warto jednak szukać takich sytuacji, którymi mogą oni zarządzać, bo dzięki temu nie będą tak często stawali z dorosłymi do walki o władzę.

Opisy wczesnego etapu dorastania podobne do powyższego mogą podtrzymywać wrażenie, że jest to najtrudniejszy etap życia. Mówi się dziś jednak o tym, że wcale tak nie jest. Na przykład wczesne dzieciństwo niesie znacznie więcej wyzwań i niebezpieczeństw rozwojowych. Problem z dorastaniem i wchodzeniem w dorosłość polega na tym, że zupełnie zmienia się sytuacja, a niektóre z jej elementów – głównie my, dorośli – próbują pozostać takie same. Oto przykład: skoro jednym z zadań tego okresu jest przejmowanie kontroli za własny rozwój, a szkoła jest nastawiona na sprawowanie kontroli nad uczniami, musi dojść do konfliktu. To ciekawa perspektywa warta przemyślenia.

Na co zwrócić uwagę?

W negatywnym obrazie dorastania czai się jeszcze jedno niebezpieczeństwo. Jeśli założymy, że po prostu tak jest, nastolatki muszą być wycofane lub pełne emocji, muszą się buntować i popełniać błędy, możemy nie dostrzec sygnałów, które powinny nas niepokoić. Psychologowie uczulają na takie zachowania i sytuacje jak nagła zmiana w wyglądzie, kłamstwa, wagarowanie, unikanie kontaktu z rówieśnikami, ciągła ospałość, rozdrażnienie, rany na ciele, kradzieże, zmiana nawyków żywieniowych. Szczególnie niepokojące są one, gdy jedne towarzyszą innym i trwają w czasie.

Źródło: <http://zspinczyce.szkolnastrona.pl/a,316,trudny-czas-dojrzewania>