

Zrozumieć nastolatka

Wszyscy rodzice i opiekunowie dorastających obserwują liczne, często burzliwe zmiany w ich wyglądzie, myśleniu a szczególnie w zachowaniu. Niektóre z tych zmian nas cieszą (szybki wzrost, coraz większa samodzielność, liczne zainteresowania) inne zaś niepokoją (bunt, przekora, chwiejność emocji), a jeszcze inne wręcz przerażają (niebezpieczne eksperymenty np. z alkoholem, narkotykami, seksem). Mówimy wtedy „trzeba to przeczekać” lub „my też tacy byliśmy” albo „dzisiejsza młodzież jest okropna”. Warto jednak zadać sobie pytanie o sens zachodzących przemian w organizmie i psychice młodego człowieka. Czemu to wszystko służy? Ponieważ nic w rozwoju człowieka nie dzieje się bez potrzeby. W ciągu kilku lat dorastający nastolatek „musi” uporać się z kilkoma ważnymi zadaniami, które sprawią, że z dziecka przeobrazą się w człowieka dorosłego.

Pierwsze to uzyskanie odrębności i niezależności od rodziców. Obejmuje ono kilka działań w różnych obszarach życia:

- zakwestionowanie autorytetu rodziców i wychowawców
- skierowanie się do grupy, która stanie się odtąd głównym źródłem potwierdzenia wartości podejmowanych wysiłków i przedsięwzięć nastolatka
- równoczesne uczenie się i zdobywanie doświadczenia dzięki licznym eksperymentom

Drugie wiąże się ukształtowaniem własnej tożsamości, czyli znalezieniem odpowiedzi na pytania: Kim jestem? Dokąd zmierzam? Jakie ważne cele i zadania chce w swoim życiu realizować?

Uzyskanie odpowiedzi na te pytania przybliży młodego człowieka do kolejnego ważnego zadania jakim jest **wzięcie odpowiedzialności za swoje życie.** Nie sposób pominąć też konieczności **zbudowania relacji z płcią przeciwną,** która w przyszłości zaowocuje stworzeniem stałego związku i rodziny.

Widzimy, że wyzwania stające przed młodym człowiekiem wręcz wymuszają konieczność dokonania się licznych zmian w jego życiu i funkcjonowaniu, aby temu sprostać.

Trzeba więc „oddalić” się od rodziców, którzy w dzieciństwie byli głównym oparciem i decydowali o wszystkich sprawach w życiu dziecka. Następnie w

towarzystwie innych młodych ludzi ukształtować własne opinie o świecie, o tym jakimi chcemy być ludźmi i co chcemy w życiu osiągnąć. Równocześnie zdobywając poczucie mocy i wiary, że damy radę udźwignąć ciężar samodzielnego życia.

Nie jest to łatwe zadanie w czasach niepewności na rynku pracy, agresywnej rywalizacji i przymusu bycia najlepszym. Zdarza się, że młody człowiek nie czuje się jeszcze gotów do wejścia na ten „ring” i podejmuje mnóstwo różnych działań, nie zawsze dla dorosłych zrozumiałych (np. opuszcza się w nauce, zaczyna chorować), aby ten moment jeszcze trochę opóźnić.

Stopień burzliwości tego okresu i możliwość, pojawienia się różnych zaburzeń i nieprawidłowości zależy też w dużym stopniu od ukształtowanych w dzieciństwie umiejętności i zasobów młodzieży oraz od jakości relacji i działań wychowawczych podejmowanych przez rodziców i wychowawców.

Opracowała: Regina Strulak