

NASTOLATEK - DOROSŁY CZY JESZCZE DZIECKO?

„**Nastolatek**” to termin, który pojawił się w psychologii i pedagogice w połowie XX wieku. Wcześniej traktowano 13, 14, 15 - latków już jako osoby niemal dorosłe, do których odnoszono się z należyтым szacunkiem, zwracając się w bezpośrednich kontaktach przez „per pani/pan”. Ale też „taki dorosły” czuł się zobowiązany do odpowiednio dorosłych zachowań. Znamy takie postawy rodziców, nauczycieli w stosunku do młodych z literatury, pamiętników, z książek dla chłopców i panienek z początków XX wieku.

Czasy się zmieniły. Mniej jest już elitarnych szkół, a i rodzice mają mniej czasu, by swoje dzieci traktować z pełną indywidualnością i należyтым szacunkiem. Nie dostrzega się już w nich pełnego potencjału możliwości, talentów, bogactwa inteligencji, serca i chęci działania, pozytywów, podkreślania osiągniętych celów. Czy obecny nastolatek jest inny od tamtego?

- Nie! - Jest taki sam. Ma takie same uczucia, potrzeby, marzenia, aspiracje, ideały braterstwa wspólnoty między narodami, wolności dla świata, pokoju, umiłowania przyrody i jej obrony przed stałymi atakami ze strony tak zwanej cywilizacji dobrobytu.

To młodzi właśnie są często inicjatorami akcji wspierających, charytatywnych. Otwierają się na dyskurs o humanizmie, religijności, o miłości, codzienności, seksie, odpowiedzialności. Są tak samo otwarci na sport, film, muzykę, teatr. Biegają tam, gdzie się coś dzieje, gdzie jest autentyczność, prostolinność.

To nie oni, a czas, w którym przyszło im żyć, się zmienił. Konsekwencją tego jest fakt, że młodzi czują się jak pęknięta szyba samochodowa - niby cała, a rozdrobniona na małe fragmenty i bardziej krucha. Młodzież jest tym, czym jest, ponieważ społeczeństwo dorosłych jest takie, jakie jest.

Mówimy, że dzisiejsza młodzież myśli tylko o teraźniejszości, nie czyni dalekosiężnych planów. To nie jest prawda. W rozmowach otwiera się, marząc o ideałach.

Ale jak może myśleć o przyszłości, gdy dotykają nas kryzysy ekonomiczne i przeszłość dla nas wszystkich jest trudna do przewidzenia.

Jak mogą myśleć o założeniu szczęśliwej rodziny, kiedy niepewny jest pokój na świecie, upadek moralny społeczeństw, lansowana moda małżeństw na próbę? Czasem wystarczy tylko posłuchać młodych, by przyjąć ze zrozumieniem ich obawy o przyszłość.

Dzisiaj niemożność czy nieumiejętność komunikacji z młodym człowiekiem jest największym problemem naszych czasów. Nie umiemy z nimi rozmawiać, pomóc im, a oni o tę pomoc wołają!

Obraz dzisiejszej młodzieży to podmiot bardzo delikatny, o kruchej osobowości, wypełniony niepewnością i licznymi lękami.

Młodzież dzisiejsza wcale wcale nie jest gorsza. Tylko kiedyś miała świadomość, że jeśli przekroczyło się jakąś normę, uczyniło się coś złego, to wiadomym było, że jest się winnym i trzeba ponieść konsekwencje. Dzisiaj to samo zachowanie jest usprawiedliwiane, podciągane pod prawo wolności wyboru, daleko posuniętą tolerancję, co w rezultacie pozwala uniknąć tej kary. I to właśnie jest największym niebezpieczeństwem dla młodych.

Wyniki wielu badań wskazują, że ta pozornie płytką młodzież ma lęki o swoją przyszłość, **potrzebuje wzorców i autorytetów**. Potrzebuje bliskości i rozmów z dorosłymi: rodzicami, nauczycielami, trenerami, opiekunami drużyn harcerskich, grup katechetycznych.

Jeśli będziemy mieć problemy z nawiązywaniem dobrej, przyjacielskiej, zdrowej komunikacji z młodzieżą, będzie ona szukała kontaktów „**na czatach**”, a wiemy, że zdobycze technologii pozwalają na dużą ingerencję w życie naszych dzieci. Młodzież potrafi przez 8-10 godzin tygodniowo spędzać czas na rozmowach w sieci kosztem nauki, sportu, rozwoju swoich zainteresowań, czytelnictwa, nie wspominając o zagrożeniach jakie płyną z takich kontaktów.

Innym zagrożeniem braku dobrej komunikacji z rodzicami czy wychowawcami jest **liberalna i wolnościowa grupa rówieśnicza**. To dzięki niej młody zagubiony człowiek będzie chciał odzyskać równowagę tożsamości lub bycia “cool”, na fali. Jeśli rodzic jest zbyt konserwatywny, nastolatek szuka grupy rówieśniczej, liberalnej. Jeśli dom jest zbyt liberalny, ucieka z grupą, gdzie są mocne normy i zasady, czasem nawet ucieka do sekty.

Dzieci, które nie mają dobrej więzi z rodziną, łatwo ulegają presji grupy. Nie potrafią być asertywne i poddają się naciskom rówieśników.

Jeśli nauczyły się odpowiedzialności w domu i wiedzą, co to znaczy - ponosić konsekwencje swoich czynów, to nawet kiedy zdarzy im się popełnić błąd, potrafią wyciągnąć z tego właściwe wnioski na przyszłość.

NASTOLATEK POTRZEBUJE ZROZUMIENIA

Rodzice muszą mieć cały czas na uwadze fakt, że **dojrzewanie to bardzo trudny okres dla dziecka**. To przejście w dorosłość, odnalezienie się w niezależności, rozstanie z bezpieczeństwem, jakie niosło ze sobą dzieciństwo.

W tej fazie sumienie otrzymuje ostateczny szlif i nastolatki muszą same decydować o wyborze co dobre, a co złe, i odnaleźć własną drogę moralną.

Gdyby jeszcze sfera emocjonalna młodego była w miarę stabilna, przejście w dorosłość nie byłoby takim progiem. Niestety burza hormonów, zmiany w sensie fizycznym, organicznym i emocjonalnym (niepokoje, lęki, zmienność nastroju,

wybuchy złości, czasem depresja, anoreksja czy bulimia) nie pozwalają na harmonijny rozwój psychiczny dziecka.

Naukowcy z Uniwersytetu w San Diego stwierdzili, że w okresie dojrzewania następuje rekonstrukcja osłonek nerwowych mózgu, w których zapisana była pamięć tego, czego od strony zasad, norm, reguł zachowania dziecko się nauczyło. Spadają także możliwości poznawcze dziecka - pamięć, koncentracja, myślenie dedukcyjne. Psychologia określa ten okres jako analfabetyzm funkcjonalny. Dlatego jest to bardzo ciężki okres dla nas wszystkich - młodzieży, rodziców i nauczycieli.

Aby zrozumieć te istoty, trzeba mieć trochę wiedzy psychologicznej i chcieć sobie przypomnieć, jacy sami byliśmy w tym okresie. Wskazaniem byłoby zaczerpnąć informacji od dobrych przyjaciół, którzy przeszli już ten okres ze swoimi pociechami lub skorzystać z porad specjalistów - psychologów terapeutów. Rodzice niekiedy bywają przerażeni zmianami zachodzącymi w dziecku. Czasem z dnia na dzień z rozsadnego, otwartego dziecka nagle staje się kapryśne, kłótlive, mrukiwe lub aroganckie.

Wcale je nie interesuje opinia rodziców na temat ich zachowania, natomiast ważniejsza jest ocena w oczach rówieśników.

Stanowi to niesamowite wyzwanie, wymagające sporej dozy delikatności i opanowania ze strony rodziców, ponieważ muszą z jednej strony wypuścić dziecko spod swoich skrzydeł, by mogło samo doświadczać wlotów i upadków, ale z drugiej strony mieć przysłowiową rękę na pulsie i wspierać, jeśli zajdzie taka potrzeba. Rodzice powinni możliwie jak najdelikatniej prowadzić swoje dzieci na „poluzowanej smyczy”, bacznie je obserwując. Natomiast zawsze powinni znaleźć czas, by wspólnie usiąść i w przyjemnej atmosferze porozmawiać o problemach z zachowaniem, o prawach dziecka do wypowiedzenia swych racji na zasadzie, że równie ważne jest to, co leży na sercu rodzicom, jak i to, co przykre dla dziecka. Można też ustalić, że będzie sprawiedliwie, jeśli nie będziemy podnosić głosu i każda wypowiedź nie będzie dłuższa niż 3 minuty.

Młodzież nie znosi dyrektyw: - „Natychmiast!”, „W tej chwili!”, „Nigdy!”
Łagodnie za to przyjmuje: - „Proszę cię o przysługę”, „Zrób to dla mnie, dla ojca”, albo : „Spróbujmy na to spojrzeć z perspektywy nas, rodziców, ludzi za ciebie odpowiedzialnych”, „Spróbuj, przecież potrafisz”.
Jest to sposób okazania dziecku szacunku i bardzo pomaga mu w wzmocnieniu poczucia jego własnej wartości.

Nie oznacza to, że rodzice nie mają prawa czegoś zabronić, jeśli np. zagraża to zdrowiu czy życiu dziecka lub gdy się rodzicom nie podoba sposób zachowania

kolegów. Ma to być jednak spokojna i stanowcza wypowiedź, i taka, by wyzwoliła w dziecku własne refleksje. Powinna być jednak zawsze uzasadniona.

JAK PROWADZIĆ SZCZERE ROZMOWY Z NASTOLATKAMI?

Jest siedem zasad, które dają właściwe rezultaty:

ZASADA I – Utrzymujmy z dzieckiem kontakt wzrokowy bez zbędnych grymasów, wyrażania dezaprobaty, nawet, jeśli będzie to dla was przykre i kłopotliwe!

ZASADA II – Podczas rozmowy poświęćmy dziecku pełną uwagę. Jeśli w danym momencie macie coś pilnego do zrobienia, odsuńcie rozmowę na później. Ono zrozumie. Nigdy nie przeprowadzajcie takiej rozmowy w gorączce pierwszego starcia, lecz wtedy, gdy emocje opadną i ujdzie pierwsza złość.

Zasada III – Zwracajmy uwagę na uczucia dziecka, zadając sobie pytanie: Co teraz moja córka/mój syn czuje?

Można wtrącić : Jesteś zdenerwowany, czujesz żal, smutek? Jestem tu po to, żeby ci pomóc.

Obserwujmy język ciała dziecka. Zaciśnięte pięści, drżące ręce, zaczerwienienie się, łzy, komunikują czasem coś zupełnie innego.

ZASADA IV – Powstrzymajmy się od przerywania i wtrąceń. Podobno człowiek słucha uważnie tylko 17 sekund, ale my musimy ten okres przedłużyć aż do końca wysłuchania tego, co młody człowiek ma do powiedzenia. Obie strony powinny nauczyć się słuchać.

ZASADA V - Ustalmy propozycje co do zakończenia konfliktu. To może się wiązać z odstępniem nieco od swojego pierwotnego zdania, gdyby pojawiło się jakieś przekonujące rozwiązanie ze strony nastolatka.

ZASADA VI – Zadawajmy pytania odzwierciedlające jego myśli :

„Jeśli wydaje ci się, że nie mam racji, to jak postąpiłabyś/postąpiłbyś na moim miejscu?”

Albo „rozumiem, że chcesz wziąć samochód, pojechać nad jezioro z przyjaciółmi, rozbić tam namiot i zostać na weekend. Czy jest to rozsądne i czy jesteś w stanie przewidzieć skutki?”

ZASADA VII – Jeśli podczas rozmowy dojdzie do ustalenia jakichś zasad, należy równocześnie ustalić konsekwencje ich nieprzebrzegania. Muszą być realne i na dłuższą metę egzekwowane. Tylko wówczas będzie to sukcesem.

Przebrzeganie zasad uczy dziecko, co znaczy być respektowanym, a ponadto uczy respektu dla innych. Dziecko wychowywane bez ustalonych granic staje się coraz bardziej niezdolne, bezczelne, stawiające żądania i wymogi.

Wychowanie bez granic niszczy także samo dziecko, bo nie ma ono kontroli nad sobą, a zagubione w swobodnej przestrzeni, bez poczucia gruntu pod nogami staje się bezbronny, zdane na siebie i wtedy najczęściej popełnia błędy.

RODZICE JAKO WZORZEC DO NAŚLADOWANIA

Matki i ojcowie są po dziś dzień najważniejszymi wzorcami dla swoich dzieci.

Badania potwierdzają to od wieków. Rodzice są zawsze na pierwszym miejscu w rankingach wzorców do naśladowania.

Atmosfera ciepła i bezpieczeństwa daje rękojmię sukcesu. Rodzice wiecznie skłóceni / najgorzej, jeśli przy dzieciach/ nie tylko nie dają pozytywnych wzorów, ale burzą w dzieciach poczucie bezpieczeństwa, powodują niepewność i strach. Nastolatki są jak sejsmografy. Wyczuwają natychmiast złą atmosferę domową. Zamykają się w swoich pokojach i w samych sobie.

W duchu przyrzekają, że nigdy w swych małżeństwach nie będą się tak zachowywać. Niestety powielają wszystkie złe wzorce.

CHŁOPIEC A DZIEWCZYNA

Badania wykazały, że istnieją pewne różnice między chłopcami a dziewczynkami w zapotrzebowaniu na pozytywne emocje i miłość rodziców. Różnice te dotyczą budowy mózgu, a szczególnie ciała modzelowatego, czyli włókien łączących lewą i prawą półkulę mózgu. U dziewczynek/kobiet/ ciało modzelowate jest większe niż u chłopców. Znaczą to, że między prawą a lewą półkulą mózgu dziewczynek jest większa ilość połączeń, dlatego istnieje lepszy przepływ informacji. Dziewczynki lepiej mówią i lepiej wyrażają uczucia.

Dlatego chłopcy potrzebują od dzieciństwa zasilania emocjonalnego, w przeciwnym razie nie rozwiną zdolności wyrażania swych uczuć.

Jakże więc przykrym jest fakt, że dziewczynki otrzymują znacznie więcej stymulacji emocjonalnej i miłości, choć to chłopcy potrzebują jej znacznie więcej. Utał się także zwyczaj w wychowaniu, że chłopcy nie płaczą, muszą być silni, odporni na stresy, bo na nich ciąży więcej odpowiedzialności.

Nic bardziej błędnego! Im właśnie należy się więcej uczucia. Jeśli nauczymy ich kochać – będą kiedyś szczęśliwi i szczęśliwe będą ich życiowe partnerki .

Najważniejszą osobą w życiu chłopca jest matka. Psychiatra, dr Ross Campbelt twierdzi, że zimna emocjonalnie matka, zbyt wymagająca, krytykująca, z dystansem do chłopca jest zagrożeniem dla zdrowia emocjonalnego syna i wpływa na jego stosunek do przyszłej partnerki.

Ojciec zaś dla chłopca ma być wzorem wierności, odpowiedzialności, szacunku dla domowników. Powinien też włączać chłopców do prac domowych, napraw, majsterkowania, porządkowań wokół domu itp. Jak twierdzi felietonista z “Daily Telegraph” rośnie pokolenie mężczyzn kalekie w umiejętności dnia codziennego. Mężczyźni nie umieją zamontować szafki, naprawić zlewu, wymienić zamku, nie wspominając o poważniejszych reperacjach.

Tragedią dla nastolatków jest rozwód lub separacja rodziców.

Dziewczynki wychowywane przez samotne matki zwykle boją się kontaktu z chłopcami, natomiast chłopcy lgną do mężczyzn szukając substytutu ojca.

Dziecko rozwija się harmonijnie i nabywa umiejętności radzenia sobie z trudami życia tylko przez dobry przykład w pełnej rodzinie.

Nie jest więc dziełem przypadku, że niektórzy ludzie noszą w sobie świat mały, karłowaty, zamiast zdumiewająco bogatego i wrażliwego.

A świat jest tak wielki, że może pomieścić i miłość, i wierność, i odpowiedzialność, a także niezwykle pasję, radość i entuzjazm życia! Tylko, że to my, rodzice, nauczyciele i wychowawcy odpowiadamy przed sobą i Bogiem za szczęście przyszłych pokoleń.

Małgorzata Pawlusiewicz

Nauczycielka Szkoły im. Tadeusza Kościuszki w Chicago
i autorka podręczników dla dzieci polonijnych.