

POTRZEBY PSYCHICZNE I PROBLEMY WYCHOWAWCZE WIEKU DOJRZEWANIA U DZIECI

Współczesna cywilizacja zdominowana przez technikę zagraża normalnemu rozwojowi psychofizycznemu dzieci i młodzieży. Chaotyczna informacja masowa, eksponowanie brutalności i agresji, sprzeczne systemy wartości w rodzinie, szkole, czy wyznawane przez rówieśników, osamotnienie dziecka; te czy inne czynniki stają się przyczyną wielu wykolejeń, wypaczeń, a nawet samobójstw nieletnich.

Wiek dojrzewania to okres życia związany z wieloma zagrożeniami. Wymaga od rodziców, jako naturalnego środowiska wychowawczego, specjalnej wiedzy i świadomej postawy.

Obecnie obserwowane jest przyspieszenie rozwoju. Dziś wcześniej rozpoczyna się u dzieci dojrzałość hormonalna, somatoseksualna i w pewnym sensie intelektualna, a nie nadąża za tym ani proces socjalizacji, ani dojrzałość emocjonalna.

Rodzice na ogół wiedzą o tym, że w etapach rozwojowych ich dziecka nastąpi okres zwany dojrzewaniem lub pokwitaniem i że nie jest to okres łatwy dla obu stron. Wiedza ta jednak najczęściej okazuje się niedostateczna w konfrontacji z rzeczywistością i ujawnia nieprzygotowanie rodziców do tego, co jest normalnym zjawiskiem w cyklu rozwoju człowieka.

Wiek wchodzenia w pokwitanie jest indywidualny, ale ramowo można go określić. I tak u dziewczynek zaczyna się ten proces ok. 11-12 roku życia, a u chłopców o rok później. Zazwyczaj wcześniej pojawiają się cechy psychiczne pokwitania i wyprzedzają nawet o rok proces dojrzewania biologicznego. Dzieci w okresie pokwitania stają się jakby „inne”. Dotychczasowa uległość przeistacza się w przekorę, w wypowiedziach na każdy temat manifestuje się własny pogląd, zgłasza się sprzeciwy, podkreśla swoją „niezależność” i indywidualność. Ta niezależność znajduje także odbicie w ubiorze, uczesaniu, formach bycia. Jest to również okres, w którym ogromne znaczenie ma grupa rówieśnicza i potrzeba identyfikacji z nią, „nie mogę się przecież wyróżniać w klasie czy na podwórku” – grupa jest autorytetem, jej zdanie jest najważniejsze; nazywamy to zjawisko pozornym odejściem od rodziny. Zaczyna pojawiać się także zainteresowanie płcią przeciwną, wyraźnie wcześniej występujące u dziewcząt, aniżeli u chłopców.

Podstawą zmian w organizmie jest działanie gruczołów dokrewnych, które wydzielają do krwi hormony, wpływając na przemianę materii. Następuje rozwój układu płciowego, kostnego, mięśniowego, ruchowego i nerwowego. Przekształcają się struktury mózgu, zwiększa wysokość i waga ciała oraz objętość serca. Występuje nadpobudliwość w zakresie układu naczyniowego i wiele innych przemian. „Rewolucji hormonalnej” towarzyszy bardzo silny rozwój w sferze psychicznej, umysłowej, w procesach woli, pamięci, w zainteresowaniach i światopoglądzie. Zmiany mogą przebiegać nierównomiernie i u różnych dzieci niejednakowo. Dzieci są pochłonięte życiem. Przychodzi wiek „robinsonady”. Pożerają książki podróżnicze, szukają przygód, ryzyka. Podejmują zakazane zajęcia.

Dzieci bywają uparte, niecierpliwe, kapryśne, samowolne, zbuntowane. Dziewczeta – częściej mogą być przeczulone, wrażliwe, poszukujące samotności, smutne, pozornie leniwe i przygnębione, a chłopcy – arogancy, szorstcy, zbuntowani. Rozluźniają się często więzy rodzinne, dzieci dążą do usamodzielnienia, zmieniają swój stosunek do dorosłych, obserwują ich, oceniają ich wady oraz niekonsekwencje postępowania. Gdy domy są jak „na wulkanie” (awantury i zła atmosfera), dzieci szukają kontaktów poza domem.

JAK ZAPOBIEGAĆ KRYZYSOM I POMAGAĆ SWOIM DZIECIOM

Źródłem odmiennych zachowań dziecka może być czasem zły stan zdrowia, zaleca się wtedy zasięgnięcie opinii lekarza pediatry. Organizm, w okresie szczególnie szybkiego rozwoju, jest podatny na różne choroby, jak np. anemia, gruźlica, reumatyzm i inne. W tym czasie dziecko potrzebuje także urozmaiconego pożywienia, bogatego w białko, sole mineralne, witaminy oraz dużej ilości snu i ruchu na świeżym powietrzu. Naturalne przemiany dokonujące się w miarę dorastania dziecka nie muszą powodować stanu napięcia w rodzinie. Dlatego tak ważne jest umiejętne towarzyszenie dziecku w tym trudnym okresie i unikanie podstawowych błędów, takich jak:

- zbytnia troskliwość, usuwanie wszelkich przeszkód i barier
- nadmierne rygorystyczne wymagania i wywieranie nacisku na ślepe podporządkowanie się

Rodzice mogą pomóc dziecku przez:

- zorganizowane życie domowe z zachowaniem właściwej proporcji pracy i wypoczynku
- zapewnienie regularnych i prawidłowo zestawionych posiłków oraz dbanie aby sen trwał 8-9 godz. na dobę, i każdy miał własne miejsce do spania
- stworzenie warunków do odrabiania lekcji, spokój do pracy (nie włączać radia i telewizora, nie posyłać po zakupy, nie żądać opieki nad małymi dziećmi itp.)
- zapewnienie własnego terytorium w domu, miejsca na ulubione przedmioty (nie robić „porządków” na tym terenie bez zgody dziecka)
- akceptowanie (za zgodą lekarza) udziału w zajęciach sportowych i rekreacyjno-ruchowych, a także w kółkach zainteresowań, klubach, zespołach artystycznych, organizacjach itp.
- kontaktowanie się ze szkołą i wychowawcą
- nie narzucanie swojej opinii ale jedynie przekonywanie
- nie doprowadzanie do ostrych konfliktów i awantur
- postępowanie zawsze serdeczne, ale konsekwentne
- czuwanie i interesowanie się sprawami dziecka, ale zawsze z zachowaniem dyskrecji
- zachęcanie, chwalenie, nagradzanie; unikanie nagród pieniężnych, a wskazywanie innych wartości
- prowadzenie dyskusji o problemach zawartych w przeczytanych książkach, obejrzanych filmach, spektaklach itp.
- poważne traktowanie wszystkich zwierzeń (nigdy się nie wyśmiewać z nich)
- prowadzenie rozmów o sprawach przyjaźni, miłości i odpowiedzialności

Kryzysy wieku dojrzewania-dorastania można łagodzić i rozładowywać przez kierowanie zainteresowań młodzieży na sprawy zgodne z ich zamiłowaniem i uzdolnieniami. W tym trudnym a zarazem pięknym okresie życia naszych dzieci trzeba być blisko nich.

Pamiętać, że każde dziecko jest inne i inaczej przebiega u niego okres przemian. Wiedza o kolejnych okresach rozwoju pomaga rodzicom przewidzieć pojawienie się określonych zjawisk i zastosować właściwe środki wychowawcze.

Rodzice powinni być świadomi faktu, że pogożone przejście przez okres dorastania ich dzieci zależy od tego, jak przebiegał proces wychowawczy przez 10-12 poprzednich lat.

Okres dorastania nie jest chorobą, jest fizjologicznym etapem rozwoju człowieka, ale jest to okres, w którym jak w soczewce, skupiają się popełnione dawne błędy i nieprawidłowości wychowawcze.

Dziecko poczuło się już na tyle indywidualną jednostką, że ujawnia wszystko, co do tej pory skrywało, albo czego nie w pełni było świadome. To nie dziecko się zmieniło, tylko rodzice nie znali go naprawdę. Nie zauważyli, że pozornie błahe wydarzenia rodzinne były dla dziecka bolesne, nie doceniali tego, że w zabieganym życiu zabrakło czasu na spokojne rozmowy, że „dziecinne” problemy zbywali stwierdzeniem „ależ to drobiazg”.

Wszystkie tego rodzaju wcześniejsze niedociągnięcia mogą bardzo ostro ujawnić się w okresie dojrzewania. Dlatego też musimy od początku pamiętać, że wychowujemy nie dziecko, ale człowieka.

Celowe zatem jest zwrócenie uwagi na apel dziecka w okresie dojrzewania do rodziców.

1. Nie obawiajcie się postępować wobec mnie twardo i zdecydowanie, to daje mi poczucie bezpieczeństwa.
2. Nie pozwólcie mi ukształtować złych nawyków. Ufam, że wy mi pomożecie wykryć je w zarodku.
3. Nie karćcie mnie, gdy zrobię coś głupiego pod wpływem emocji. Najbardziej pomagajcie mi, gdy potraktujecie mnie jako równorzędnego partnera i spokojnie, rzeczowo wytłumaczycie mi dlaczego źle postąpiłem.
4. Nie ochraniajcie mnie przed konsekwencjami. Potrzebne mi są również bolesne doświadczenia.
5. Nie przejmujcie się zbyt, gdy pragnę coś na was wymusić, bo wystawiam was tylko na próbę.
6. Nie wpadajcie w panikę, gdy mam małe dolegliwości zdrowotne, ale cieszyć się będę, że przyciągają one waszą uwagę.
7. Nie gderajcie. Jeżeli będziecie tak robić to będę się bronił udając głuchego.
8. Nie zmieniajcie swych zasad postępowania ze względu na moje zmiany fizyczne i psychiczne. To wywołuje we mnie zamęt i utratę wiary w was.
9. Nie zbywajcie mnie, gdy będę zadawał trudne pytania. W przeciwnym wypadku poszukajcie informacji gdzie indziej.

10. Nie zapominajcie, że będę eksperymentował, nie zabraniajcie mi, gdyż nie mogę bez tego się rozwijać i poznawać życie, które mnie czeka jako dorosłego człowieka.
11. Gdy będę chciał zrobić coś pod wpływem mody i chwili, zabrońcie mi tych poczynań, które będą miały wpływ na całe moje przyszłe życie.
12. Nie róbcie ze mnie człowieka dorosłego, bo nim nie jestem, a tylko chciałbym już nim być.
13. Nie zostawiajcie mnie samego z moimi problemami, nie nakazujcie mi jak mam postępować, tylko tłumaczcie mi jakie mogą być następstwa moich poczynań.

Literatura

1. Dąbrowski Kazimierz: *Nasze dzieci dorastają*
2. Domańska Barbara, Feliksiak Jerzy: *Trudny wiek*
3. Drath Anna: *Jak postępować z dzieckiem nerwicowym*
4. Izdebska Helena: *Nasze dzieci i my*
5. Korsak Andrzej: *Trudności wieku dojrzewania*
6. *Pięćdziesiąt tajemnic o naszych dzieciach*. Praca zbiorowa
7. Leite J.S: *Skuteczne wychowanie*

Referat opracowała
mgr Ewa Pawłowska
pedagog szkolny