

Małgorzata Mielecka, psycholog
Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Siedlcach

ROZWÓJ CZŁOWIEKA W OKRESIE ADOLESCENCJI

Okres adolescencji jest kolejną fazą rozwojową, po okresach: prenatalnym /od poczęcia do narodzin/, wczesnego dzieciństwa /od narodzin do 3 roku życia/ i średniego dzieciństwa /4-6 rok życia/, późnego dzieciństwa /7-10,12 lat/. Poprzedza go intensywny rozwój we wszystkich sferach oraz wiele spektakularnych osiągnięć i kompetencji. Po silnej zależności i koncentracji na swoim najbliższym otoczeniu, młoda osoba "wyrusza w świat". Mimo to, że rozwój nie przebiega jednakowo dynamicznie u wszystkich, gdyż różnią się oni od siebie, to aby mogli stawić czoła trudnym, indywidualnym zadaniom życiowym, konieczny jest określony poziom kluczowych funkcji. "Adolescere" oznacza wzrastanie ku dojrzałości i to z nim wiąże się ten czas w życiu człowieka. Z dziecka staje się on bowiem dorosłym.

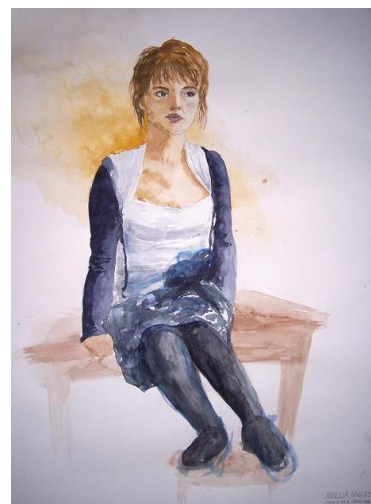


Wczesna adolescencja, czyli dorastanie, obejmuje wiek od 10, 12 lat – 15 lat życia. Jest to okres intensywnych przemian organizmu oraz psychiki. Dojrzewanie fizjologiczne pociąga za sobą zmiany w obrazie własnej osoby oraz w spostrzeganiu dorastającego przez otoczenie - zmiany te wpływają na jego samoocenę oraz na

zachowanie. Zmiany te mogą być dla niego satysfakcjonujące, ale zazwyczaj dominują uczucia ambiwalentne, czasem dezaprobatą dla nich. Idealny obraz siebie, podsycany obserwacjami innych, wzorcami z TV, reklamami, bywa że nierealistycznymi marzeniami, może przynosić wiele przykrych uczuć. Późna adolescencja - wiek od 16 do 20, 23 lat to okres stabilizowania się, wkraczania w życie społeczne, kształtowania się autonomii psychicznej. Przemiany psychiczne zmierzają ku osiągnięciu dojrzałej osobowości, samodzielnego kształtowania własnego życia. Fizjologicznie jest to okres osiągania zdolności rozrodczych.

Rozwój poznawczy - główne cechy

Życie intelektualne adolescenta staje się intensywne i bogate, procesy informacyjne przebiegają u niego szybciej niż w dzieciństwie, są bardziej dokładne i ukierunkowane, poszerzają się zainteresowania. Rozwija się uwaga i pamięć dowolna, częstsze jest korzystanie z pamięci logicznej niż z mechanicznej, rozwija się myślenie logiczne, hipotetyczne i abstrakcyjne. Wzrasta krytycyzm, a zarazem otwartość i wnikliwość myślenia, pojawia się umiejętność posługiwania się ironią, parodią i metaforą. Zainteresowania młodego człowieka skierowane są przede wszystkim ku jego życiu osobistemu, w tym ku problemowi wyboru zawodu i pracy; adolescent wyznacza sobie odległe cele, potrafi planować i organizować swoją różnorodną aktywność, angażować się w działalność społeczną i polityczną, jest pełen pomysłów. Z powodu dynamicznego rozwoju intelektu oraz zwiększonego zainteresowania swoją osobą, pojawia się młodzieńczy egocentryzm, mogą występować przejściowe trudności w koncentracji uwagi i pogorszenie wyników w nauce; rozwijająca się wyobraźnia i marzenia mogą mieć charakter głównie życzeniowy i nierealistyczny. Bardzo ważne jest, na ile środowisko inspirowane poznawczy rozwój adolescenta - może wspierać go, zachęcać do poszukiwania rozwiązań problemów, do usamodzielniania się, korzystania z coraz



większej wolności, ale i z odpowiedzialności, ale może też hamować rozwój, nadmiernie kontrolować, uzależniać czy przeciwnie - pogłębiać dystans pomiędzy sobą i dorastającym dzieckiem, odrzucać: "podcinać skrzydła".

Rozwój mowy

Zmienia się struktura języka osoby, wzrasta jej zasób słownictwa i treści /młody człowiek posiada zasób około 10 tys. słów/, wzrasta zrozumienie struktury gramatycznej języka, kultura języka pisanego i mówionego, sprawność używania w znaczeniu potocznym i naukowym, dosłownym i przenośnym, rozumienie metafor i symboli, tworzenie neologizmów, wyrażeń gwarowych, specyficznych dla pokolenia.

Rozwój emocjonalny

Rozwój uczuć kształtuje się od zależności uczuciowej do niezależności, od niekontrolowanego uzewnętrzniania uczuć do ich kontroli, od nieopanowanego ulegania uczuciom do ich opanowania, od egocentryzmu do socjocentryzmu. Kształtuje się zdolność do empatii i altruizmu oraz następuje rozwój uczuć wyższych /estetycznych, moralnych, patriotycznych.../. Mimo to, początkowo charakterystyczne są pobudzenie emocjonalne, chwiejność emocji oraz ambiwalencja uczuciowa; u wielu adolescentów nasila się lękliwość /najsilniejsza około 13-14 r.ż/, szczególnie lęk przed niepowodzeniem i negatywną oceną z zewnątrz, a także lęk przed ekspozycją społeczną. Adolescent, nawet buntowniczy, atakujący, łamiący zasady, dokonujący niepokojących rodziców eksperymentów, jest z natury osobą wrażliwą emocjonalnie, niepewną siebie, pełną rozterek, potrzebującą wsparcia.



Rozwój społeczny

Zmieniają się relacje adolescenta z rodzicami, powstają konflikty, których głównym tłem jest niejasny status dorastających - nie są oni ani dziećmi, ani dorosłymi. Przedtem dziecko było wobec rodziców bezrefleksyjne, teraz jest bardziej realistyczne, przekorne i krytyczne. Rodzice często nie radzą sobie ze wzrastającą autonomią dziecka. Mimo to, rodzice pozostają w istotnych sprawach nadal najważniejszymi modelami dla dziecka, a więź uczuciowa pozostaje zachowana – dzieci czują się kochane, szczególnie bliskie są im matki; im szczęśliwszy związek rodziców, tym przebieg adolescencji bardziej pozytywny. Wzrasta wpływ rówieśników, zwłaszcza dotyczący sposobu spędzania wolnego czasu, stylu bycia, wytwarza się specyficzna kultura młodzieżowa, więzi pokoleniowe i tożsamość, często występuje konformizm, polegający na podporządkowywaniu się gotowym wzorcom i schematom oraz dostosowaniu się do grupy i do opinii większości. Całkowite podporządkowanie się grupie ma charakter kompensacyjny, czyli polega na realizacji potrzeb niezaspokojonych w rodzinie. W przypadku konfliktu między normami dorosłych i rówieśników, zwyciężają normy rówieśników. W okresie adolescencji charakterystyczne jest wchodzenie w różne związki rówieśnicze - paczki i grupy, najpierw jednopłciowe, potem heteroseksualne, przyjaźnie, pierwsze miłości, pierwsze doświadczenia seksualne. W okresie młodzieńczym związki interpersonalne rozbudowują się, stają się łagodniejsze, relacje z osobami starszymi w większym stopniu charakteryzuje harmonia, rozwijają się uświadomione potrzeby seksualne i życie erotyczne, rozwija się romantyczna miłość.



Rozwój osobowości

Szczególnego znaczenia nabiera krystalizowanie się tożsamości i często dochodzi do kryzysu tożsamości. Osoba zadaje sobie liczne pytania egzystencjalne typu: kim jestem, czym się kieruję, kim chcę być, a kim nie chcę, co zrobię ze swoim życiem. Pokonanie kryzysu sprzyja dojrzewaniu osobowości. Pomocne są bardzo: otoczenie, dostarczające wyraźnych wzorców identyfikacyjnych, stabilność w rodzinie i w społeczeństwie, akceptacja własnej płci i związanych z nią ról, przyjazny rozwój cywilizacji. Ale kryzys tożsamości nie zawsze musi mieć miejsce, zdarza się, że danej osobie po prostu nie jest rozwojowo potrzebny.



Okres adolescencji nie jest łatwy dla rodziców, ale jest tak samo trudny, a nawet trudniejszy jest dla dziecka. Przez około 10 do kilkunastu lat człowiek ma przejść drogę od dzieciństwa do dojrzałości we wszystkich znaczeniach tego słowa. To wielkie, kluczowe zadanie. Dobrze, gdy jest realizowane w towarzystwie przyjaciół - w rodzinie i poza nią. Na starcie tej drogi nikt z nas nie wie jak ma ją przejść i co spotka go u celu. Wielu rzeczy mamy prawo nie wiedzieć. Dlatego każdy rodzic, zaniepokojony dynamiką rozwoju swojego dorastającego dziecka i potrzebujący diagnozy, porady, wsparcia, może zgłosić się sam lub zgłosić swoje dziecko, bezpłatnie, bez skierowania, do rejonowej poradni psychologiczno-pedagogicznej. Tam uzyska odpowiednią pomoc ze strony specjalistów z zakresu psychologii, pedagogiki, logopedii oraz innych. Ich wiedza i życzliwa podpowiedź mogą okazać się potrzebne rodzicom i dzieciom, w tworzeniu optymalnej jakości życia dziecka.

Zapraszamy!