



„Wychowanie w Rodzinie” t. XXIV (1/2021)

nadesłany: 6.12.2021 r. – przyjęty: 21.12.2021 r.

Paulina PERET-DRAŻEWSKA*

Popularyzacja wiedzy na temat specyfiki rozwojowej okresu adolescencji w środowisku rodzinnym

Popularization of knowledge on the development specifications of adolescence in the family environment

Abstrakt

Wprowadzenie. Okres adolescencji to czas zmian dokonujących się w wielu wymiarach życia młodego człowieka. Jedną z nich są przeobrażenia w funkcjonowaniu w środowisku rodzinnym, czego wynikiem jest konieczność ponownej refleksji nad relacjami rodzic – nastolatek. Zadanie to stoi głównie po stronie osób dorosłych. Istotna wydaje się zatem znajomość psychospołecznych mechanizmów oraz zadań rozwojowych okresu adolescencji.

Cel. Celem artykułu jest zwrócenie uwagi na konieczność popularyzacji wiedzy na temat specyfiki rozwojowej okresu adolescencji w środowisku rodzinnym.

Materiały i metody. W pracy przedstawiono rozważania teoretyczne oscylujące wokół psychospołecznej charakterystyki okresu młodości oraz dokonano analizy potrzeby popularyzacji wiedzy na temat specyfiki rozwojowej okresu adolescencji w środowisku rodzinnym.

Wyniki. Podkreślona w artykule potrzeba świadomości wagi niniejszej problematyki wśród pedagogów może stanowić przyczynek do dalszych eksploracji naukowo-badaw-

* e-mail: pperet@amu.edu.pl

Zakład Socjopedagogicznych Problemów Młodości, Wydział Studiów Edukacyjnych, Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu, Szamarzewskiego 89, 60-568 Poznań, Polska

Department of sociopedagogical problems of Youth, Faculty of Educational Studies, Adam Mickiewicz University in Poznan, Szamarzewskiego 89, 60-568 Poznan, Poland

ORCID: ID 0000-0002-9228-4009

czych oraz działań praktycznych zmierzających do rozwoju relacji pomiędzy nastolatkami a rodzicami.

Słowa kluczowe: młodzież, wychowanie, rozwój, rodzina.

Abstrakt

Introduction. The period of adolescence is a time of changes taking place on many dimensions of the functioning of young people. One of them is transformations in functioning in the family environment, which results from the need to realign parent-adolescent relationships. This task is mainly on the side of adults. Therefore, it seems important in this respect to know the psychosocial mechanisms and developmental tasks of the adolescence period.

Aim. The aim of the article is to draw attention to the need to popularize knowledge about the developmental specificity of adolescence in the family environment.

Materials and methods. The paper presents theoretical considerations around the psychosocial characteristics of the period of youth and an analysis of the need to popularize knowledge about the developmental specificity of adolescence in the family environment.

Results. The need for awareness of the importance of this issue among educators, highlighted in the article, may be a contribution to further scientific and research exploration and practical animal activities to aid the development of relations between the teenager and the parent.

Keywords: youth, upbringing, development, family.

Wprowadzenie

Młodość to czas ważny. Młodość to czas inny. Specyfika okresu adolescencji oraz istotność procesów wtedy zachodzących powinny być tematem analiz podejmowanych w środowisku rodzinnym młodych osób.

Wspólna przestrzeń do dyskusji, inspirujących refleksji, wymiany opinii i doświadczeń pomiędzy osobami przeżywającymi młodość a osobami im towarzyszącymi, w szczególności w środowisku rodzinnym, jest znaczącym krokiem ku wzmocnieniu relacji międzypokoleniowych. Cel tego typu przedsięwzięć to uświadomienie młodym psychorozwojowej istoty adolescencji, czyli popularyzacja wśród nich psychospołecznej charakterystyki tego okresu, co zapewne ułatwi młodzieży okres przejścia z dzieciństwa do dorosłości. Z kolei członkowie rodziny adolescentów powinni mieć świadomość zmian, które zaszły w systemie rodzinnym. Wynikają one z przejścia od statusu dziecka do statusu osoby dorastającej, co wymaga pewnych przekształceń w wielu relacjach, np. rodzic – dziecko.

Wspólna analiza zagadnień dotyczących adolescencji powinna być podstawą psychoedukacji rodzin w zakresie relacji z nastolatkami. Musi ona służyć „odczarowaniu młodości”, czyli ukazaniu rzetelnych informacji pozbawionych stereotypowych opinii, a także dążyć do pokonania lęków i obaw związanych z oczekiwaniami stawianymi młodym.

Zrozumieć znaczy lepiej działać. Zatem jeśli młodzi lepiej rozumieją młodość, to będą ją lepiej jakościowo przeżywać – skupią się bardziej na jej istocie, czyli realizacji zadań rozwojowych przynależnych do tego okresu niż na obawach i lękach stereotypowo mu przypisywanych. Jeśli dorośli członkowie rodziny adolescenta zrozumieją specyfikę rozwoju tego etapu, wówczas łatwiej stworzą przestrzeń rodzinną, która będzie wspierała rozwój.

Cele psychoedukacyjne popularyzacji wiedzy na temat adolescencji to m.in. podążanie za potrzebami młodych, wsłuchanie się w ich głos – znaczący dla systemu społecznego, zwrócenie uwagi na ich indywidualność, unikatowość oraz grupową, pokoleniową moc sprawczą. Ważne są zatem wzajemne relacje, bycie razem, czas na dyskusję, wymiana poglądów, opinii spostrzeżeń z różnych perspektyw. Istotne jest również wyposażenie młodych w szereg uniwersalnych kompetencji służących wzmacnianiu ich poczucia własnej wartości, poczucia sprawstwa, samoakceptacji, efektywnej komunikacji z innymi.

Specyfika rozwojowa okresu adolescencji

Adolescencja to faza przejściowa pomiędzy dzieciństwem a dorosłością oraz okres nabywania kompetencji osoby dorosłej. Z tych powodów pojawia się szereg trudności w przeżywaniu tego czasu, który jest odrębnym, specyficznym, autonomicznym fragmentem młodości.

Młodość, która znajduje się pomiędzy dzieciństwem a dorosłością, jest rozumiana na dwa sposoby: jako rozdarcie między dwoma etapami rozwoju człowieka, różnorodnymi pod względem zadań rozwojowych (dzieciństwo i dorosłość) oraz jako usytuowanie na rozdrożu, często pomiędzy sprzecznymi czynnikami wewnętrznymi jednostki, a więc jej predyspozycjami osobowościowymi a czynnikami zewnętrznymi, czyli instytucjami i naciskami społecznymi (Oleniacz, 2005, s. 90).

Na podstawie tej koncepcji adolescencji Małgorzata Oleniacz wyróżniła trzy sposoby przeżywania młodości, które mogą stanowić podetapy tego okresu życia człowieka. Młodość według autorki ma następujące oblicza: dziecinne, dorosłe oraz pełne. Ten bardzo przejrzysty podział wydaje się trafną klasyfikacją, która jasno charakteryzuje różnorodne odcienie okresu adolescencji. Młodość dziecinna, czyli jej początkowy etap (gdyż jest to zjawisko procesualne, sekwencyjne), odznacza się przewagą cech typowych dla dzieciństwa, takich jak zależność od innych, brak samodzielności, brak odpowiedzialności za siebie i innych, skupienie się na sobie, bierność, brak nastawienia perspektywicznego bądź idealistyczne nastawienie do przyszłości, koncentrowanie się na teraźniejszości, postawa hedonistyczna. W kolejnym etapie przeżywania młodości – jej dorosłego oblicza – człowiek nabywa

kompetencji ponoszenia odpowiedzialności za siebie, przejawia postawy aktywności, podejmuje szereg ról typowych dla dorosłości, potrafi racjonalnie analizować sytuację, ma wysoki poziom samoświadomości i samoakceptacji, aspiracje edukacyjne, określa plany na przyszłość, zdobywa zdolność do budowania intymnych związków. Następnym stanem jest młodość pełna, a osoby ją przeżywające to „ludzie z zapałem, entuzjazmem, ludzie kreatywni, otwarci, energiczni, zaangażowani, pełni nadziei, wiary, pragnący zmieniać świat, ale też refleksyjni i odpowiedzialni” (tamże, ss. 91-92).

Adolescencja oznacza wzrastanie ku dojrzałości, rozumiane jako „okres przemian w życiu człowieka, które z dzieciństwa prowadzą go ku dorosłości” (Obuchowska, 2004, s.163). Szczególnie podkreśla to Daniel J. Levinson. Wyróżnił on trzy etapy rozwoju człowieka, z których każdy określa rodzaj nabywanych kompetencji. Młodość to okres przejściowy pomiędzy erą przeddorosłości a dorosłości (tamże, ss. 218-223). W zależności od teorii rozwoju człowieka, okres adolescencji ma miejsce między 10. a 20. rokiem życia. Są to przybliżone ramy, ponieważ nie sposób dokładnie określić tego wieku. Wynika to z jednostkowego i zadaniowego charakteru rozwoju człowieka oraz różnorodności koncepcji rozwojowych, które różnie określają czas trwania poszczególnych etapów. Erik H. Erikson zauważył szeroką rozpiętość granic wiekowych adolescencji i jej zmienny charakter zarówno w ujęciu jakościowym, jak też ilościowym i podzielił ten etap na dwa podetapy: wczesną adolescencję (wiek dorastania, pomiędzy około 13. a 17. rokiem życia, czas wzmożonych zmian w rozwoju psychoseksualnym i biologicznym) oraz późną adolescencję (młodzieńczość, pomiędzy około 18. a 22. rokiem życia, kiedy uwydatniają się zmiany w rozwoju psychospołecznym).

Warto zaznaczyć, że młodość nie jest etapem autonomicznym, ponieważ niemal wszystkie cechy reprezentatywne tego okresu są ukierunkowane na osiągnięcie dojrzałości, a z drugiej strony możliwe jest również posiadanie cech charakterystycznych dla dzieciństwa. Zatem można powiedzieć, że etap „pomiędzy” (dzieciństwem a dorosłością), czyli adolescencja, postrzegana jest stereotypowo jako przestrzeń „pusta”, ponieważ albo dana jednostka ma szereg cech przynależnych do dzieciństwa (wówczas postrzegamy daną osobę jako dziecko) albo do dorosłości (wówczas nadajemy jej status osoby dorosłej). Natomiast dorośli często nie uwzględniają statusu adolescencji, ponieważ patrzą na nastolatków albo przez pryzmat dzieciństwa, albo dorosłości. Generuje to szereg nieporozumień oraz trudności w samookreśleniu pozycji tego etapu rozwojowego.

Status „bycia pomiędzy” dzieciństwem a dorosłością nierzadko jest przyczyną antagonistycznych odczuć, potrzeb i pragnień adolescentów. Lucyna Bakiera tłumaczy, że:

sprzeczność ta rodzi szereg trudności związanych z przejściem z fazy zależności od dorosłych do dorosłości, w której pożądana jest niezależność. Dorastający przestaje być dzieckiem, ale nie jest jeszcze dorosłym. Jego potrzeby stają się coraz bardziej podobne do potrzeb osób dorosłych, natomiast możliwości ich zaspokajania są ograniczone. Od młodzieży oczekuje się zachowań już niedziecięcych, ale jednocześnie hamuje się próby podejmowania przez nastolatków działań w pełni samodzielnych, do których prawo mają jedynie dorośli (Bakiera, 2009, ss. 14-15).

Taki sposób postrzegania młodych jest niekorzystny dla rozwoju i relacji z dorosłymi, ponieważ ich postrzeganie młodzieży jest pełne sprzeczności, co staje się źródłem napięć w przeżywaniu własnej młodości.

Jednym z głównych zadań rozwojowych okresu adolescencji jest kształtowanie własnej tożsamości. Wiąże się to z szeregiem istotnych zmian i procesów zachodzących w tym czasie, które prowadzą do osiągnięcia dojrzałości osobowej oraz społecznej. Rozstrzygnięcia znaczące dla dalszego rozwoju, dotyczące natury własnego ja, takie jak: „kim jestem?”, „kim nie jestem?”, „kim chciał(a)bym być?”, są podstawą pomocną w radzeniu sobie z kryzysem tożsamości w okresie adolescencji. Eksploatacja rzeczywistości oraz podejmowanie zobowiązań prowadzące do rozwoju samoświadomości, samoakceptacji, wyodrębnienia podobieństw i różnic wobec innych oraz do umiejętności podejmowania decyzji to procesy, na których opiera się istota psychospołecznego rysu adolescencji. Rzutują one na dalsze losy jednostki w dorosłości. Ważne jest zatem wspieranie młodych w niełatwej drodze do osiągnięcia dojrzałej tożsamości.

Krąg przynależności do różnego rodzaju grup społecznych, rozszerzający się w okresie adolescencji, większa ilość pełnionych ról społecznych, zmiana charakteru (współ)działania z innymi (zarówno z rówieśnikami, jak też z dorosłymi) sprawiają, że w młodości powstaje nowa jakość relacji interpersonalnych, co sprawia, że człowiek musi pracować nad sztuką komunikacji z innymi. Nabywanie oraz wzmacnianie kompetencji w zakresie skutecznego i efektywnego porozumiewania się może wspomóc młodych w nawiązaniu satysfakcjonujących relacji (z rodzicami, nauczycielami, rówieśnikami, partnerami), które są tak istotne w czasie adolescencji.

Obecne przemiany społeczno-kulturowe, oparte na procesach globalizacyjnych, nie pozostają bez znaczenia dla jakości przeżywania codzienności przez młode pokolenie. Znajduje się ono pod przemożnym wpływem współczesnych trendów, takich jak: konsumpcjonizm, mediatyzacja, popkultura. Wskazane są zatem analizy i szczególne dookreślenia na ten temat, ponieważ pozwolą one wnikliwiej zrozumieć specyfikę powiązań młodzieży i jej codziennych losów z istniejącymi warunkami społeczno-kulturowymi.

Warto podkreślić, że adolescencja to szereg zmian dokonujących się na podłożu biologicznym, psychologicznym, społecznym, jak również kulturowym. Są one bardzo istotne, ponieważ wiążą się z nabywaniem przez organizm nowych funkcji biologicznych oraz psychospołecznych. Z tego względu młodość, kiedy to zdobywa się kolejne kompetencje, jest niezmiernie istotnym okresem rozwojowym, który ma wpływ na dalszy bieg życia. W początkowym etapie okresu dojrzewania uwydatnia się rozwój biologiczny, mający na celu osiągnięcie zdolności do pełnienia wszystkich funkcji organizmu, łącznie z prokreacyjną. Fizjologiczne procesy, które wpływają na wygląd, budowę i czynności ciała, oraz zmiany w gospodarce hormonalnej w niebagatelny sposób oddziałują na pozostałe obszary wzrostu w wymiarze psychospołecznym. Zatem podczas analizy psychospołecznego rozwoju młodzieży należy mieć na uwadze również wymiar biologiczny.

Fizjologiczne zmiany w budowie oraz czynnościach ciała wpływają na postrzeganie swojej osoby w sensie psychologicznym oraz na emocjonalne funkcjonowanie młodych ludzi. Widoczne są powiązania pomiędzy poszczególnymi obszarami rozwoju człowieka w biegu życia. Jednostki rozwijają się pod wpływem nacisków biologicznych oraz społecznych i wykształcają nowe kompetencje z wykorzystaniem umiejętności nabytych wcześniej. Zmiana ujmowana jest jako następstwo rozbieżności pomiędzy trzema elementami składowymi osobowości (*id, ego, superego*). Dokonuje się ona w powiązaniu między aspektami: biologicznym, psychologicznym i społecznym, w ten sposób, że zmiana w jednym z tych obszarów niesie za sobą zmianę w pozostałych (Brzezińska, 2004, s. 227). Irena Obuchowska twierdzi, że podczas tego etapu człowiek zdobywa zdolność do dawania nowego życia na skutek rozwoju fizycznego, szczególnie postępującego w okresie wczesnej adolescencji. Drugą zdolnością, którą powinien osiągnąć nastolatek, jest umiejętność samodzielnego kształtowania własnego życia. Realizuje się ona w okresie późnej adolescencji, w wyniku zmian psychospołecznych (Obuchowska, 2004, s. 166). Rozważania zaprezentowane poniżej będą dotyczyć problematyki rozwoju psychospołecznego w okresie adolescencji.

W obszarze psychospołecznym rozwój jest wynikiem nacisków ze strony zmieniającego się funkcjonowania fizjologicznego (*soma*), społeczeństwa (*polis*) oraz obszaru *psyche*. Jest to chęć wykorzystania kompetencji nabytych wcześniej. Naciski, które odczuwa człowiek ze strony tych trzech sfer, prowadzą do napięcia wynikającego z nieumiejętności poradzenia sobie z zadaniami narzucanymi przez triadę *soma – polis – psyche*. Skutkuje to pogorszeniem się jakości funkcjonowania jednostki i doświadczaniem konfliktów wewnętrznych, co określa się mianem kryzysu rozwojowego. To doświadczenie uruchamia konieczność nabywania nowych kompetencji, z czego wynika realizacja kolejnych zadań rozwojowych przy wsparciu obszaru *soma* (gotowość biologiczna), *psyche*

(internalizacja wcześniejszych zmian rozwojowych) oraz *polis* (pomoc otoczenia społecznego).

Teoria kryzysów jako napędu przemian rozwojowych jest główną ideą koncepcji rozwoju człowieka w ujęciu Lwa S. Wygotskiego. Bieg życia ujmowany jest jako przeplatanie się okresów stabilnych i kryzysowych. Istotne są te drugie, „charakteryzujące się znaczną reorganizacją sposobu funkcjonowania dziecka, jego osobowości i relacji z otoczeniem społecznym. Zmiany te są fundamentalne i przełomowe, stanowią punkty zwrotne w przebiegu rozwoju jednostki” (Brzezińska, 2004, s. 224). Według L. S. Wygotskiego w okresie adolescencji jednostka przechodzi przez kryzys około 12. lub 13. roku życia. Jest on wynikiem dojrzewania biologicznego niosącego za sobą następujące konsekwencje: „spadek osiągnięć, pogorszenie sprawności myślenia, osłabienie zainteresowań, niższa gotowość do pracy, negatywizm i silnie ujawniany sprzeciw, dezorganizacja stosunków z otoczeniem” (tamże, s. 225). Kolejny moment kryzysowy następuje w okolicach 17. lub 18. roku życia. Jest on związany dorastaniem psychospołecznym.

Podczas analizy zmian rozwojowych zachodzących w okresie młodości nie można pominąć przekształceń neuronalnych związanych z rozwojem mózgu. Biologiczne procesy przeobrażeń strukturalnych i funkcjonalnych w mózgu wpływają na funkcjonowanie emocjonalno-psychiczne w adolescencji w niemal każdym obszarze życia, łącznie z tym, który dotyczy relacji z innymi. Warto w tym miejscu przytoczyć tezę, której autorem jest Daniel J. Siegel. W przedstawionych zmianach neurobiologicznych dostrzega on potencjał dorastania. Autor podkreśla, że: „nastoletni mózg podlega przebudowie, pod wpływem której rodzi się ogromny potencjał wykraczający znacznie poza »niedojrzałe« lub nierozważne zachowania. To właśnie w tym okresie pojawia się intensywna emocjonalność, zaangażowanie społeczne, a także potrzeba nowości i twórczych eksploracji, dzięki którym dorastający człowiek może prowadzić w pełni satysfakcjonujące życie” (Siegel, 2016, s. 9). Rozwój mózgu oraz ośrodkowego układu nerwowego nie pozostaje również bez znaczenia dla relacji na linii dorosły – nastolatek. Znakomicie tłumaczy to Marek Kaczmarzyk: „mózg osoby nastoletniej to mózg w trakcie tworzenia, a jej zachowania, reakcje i kompetencje są wypadkową czynników wynikających z aktualnego etapu rozwoju. My, ludzie dorośli, posiadacze »produktu finalnego«, musimy popatrzeć na nastolatków z odpowiedniej perspektywy, a wiedza na temat dynamiki i następstw reorganizacji dojrzewającego mózgu może nam to znacznie ułatwić” (Kaczmarzyk, 2017, s. 68). Dobrze jest zatem nabyć wiedzę o neurobiologicznym rozwoju w okresie adolescencji, pozwoli to bowiem zrozumieć przyczynę różnych zachowań, często irracjonalnych w naszych dorosłych oczach. Mogą być one spowodowane przez mechanizmy zachodzące w mózgu oraz ośrodkowym układzie nerwowym. Podkreśla to M. Kaczmarzyk:

jedną z przyczyn tak niezrozumiałego zachowania jest etap rozwoju ośrodkowego układu nerwowego, przez który właśnie przechodzi nastolatek. Potrzeba mu czasu, żeby dojrzeć. Bezpiecznej przestrzeni i zrozumienia. Kiedy mózgi dojrzeją, zyskują wiele, ale tracą zdolność do funkcjonowania w stanie niedojrzałym. Nie potrafią także symulować własnej niedojrzałości. Dlatego przyglądając się wyczynom nastolatków, widzimy w nich dorosłych o złej woli (tamże, s. 171).

Teza ta znakomicie tłumaczy konflikty międzypokoleniowe oraz trudności w relacjach na linii nastolatek – dorośli.

Okres adolescencji można określić jako czas uczenia się bycia dorosłym, kształtowania cech konstytutywnych dorosłości (m.in. podejmowanie odpowiedzialności za siebie i innych), nabywania kompetencji. Dorastamy i dojrzewamy do dorosłości. W tym wyrażeniu widać wyraźne ukierunkowanie zadań rozwojowych młodości na następny etap rozwojowy. Młodość jest bardzo powiązana z dorosłością, ponieważ stanowi moment uczenia się jej. „Efektem finalnym” adolescencji ma być ukształtowanie się cech dorosłości i prawdziwe jej doświadczanie. Związane jest to również z przyzwoleniem społecznym na odroczenie wejścia w dorosłość, czyli z kategorią moratorium psychospołecznego, wyodrębnioną przez E. Eriksona (Erikson, 2004). Moratorium psychospołeczne stanowi swoistą przestrzeń do wypróbowywania się w dorosłych rolach społecznych ze „spadochronem” chroniącym przed ewentualnymi konsekwencjami działań. W okresie młodości niezbędna jest eksploracja, poszukiwanie, popełnianie błędów i wyciąganie wniosków z lekcji dorosłości przeżytych osobiście. Służy to rozwojowi tożsamości osiągniętej, czyli dojrzałej (jak ujmuje to James Marcia) (Brzezińska, 2004). Warto w tym miejscu odnieść się do kategorii stającej się dorosłości, którą przedstawił Jeffrey J. Arnett (Lipska, Zagórska, 2011). Jej konstytutywną cechą jest odroczenie realizacji zadań przynależnych do dorosłości, takich jak: założenie rodziny, podjęcie pracy, niezależność ekonomiczna. Etap stającej się dorosłości jest ukierunkowany w przyszłość, ponieważ dotyczy on zjawisk i procesów przypisanych właśnie dorosłości, a jeszcze nie realizowanych.

O potrzebie pedagogizacji dorosłych, czyli o młodych do dorosłych

Adolescencja jako wielowymiarowa kategoria teoretyczna wymaga podjęcia badań zmierzających do jej wyjaśnienia. Punktem wyjścia dla rozważań nad młodzieżą jest psychospołeczna analiza etapu rozwojowego, na którym znajdują się młodzi ludzie. Przybliżenie tła teoretycznego z zakresu psychologii rozwoju człowieka i neurobiologii umożliwi zrozumienie wagi okresu adolescencji dla dalszego życia jednostki oraz dla kształtowania przestrzeni społeczno-kulturowej. Bez uznania tego okresu

za wyjątkowy pod wieloma względami wręcz niemożliwa staje się analiza wszelkiej problematyki dotyczącej młodzieży, zarówno w wymiarze jednostkowym, jak i społecznym.

Istnieje wyraźna trudność w prawidłowym uchwyceniu specyfiki adolescencji polegającej na byciu pomiędzy dzieciństwem a dorosłością. Dlatego też zapewnienie młodych, że „to, co teraz czujesz, jest ok, bo wynika ze specyfiki młodości, którą aktualnie przeżywasz”, jest tak istotnym zadaniem dla dorosłych, którzy wspierają młodzież w środowisku rodzinnym. Rozumiejące, akceptujące towarzyszenie ludziom w ich drodze do dorosłości to klucz do dobrego dialogu międzygeneracyjnego oraz lepszego dobrostanu psychicznego obu stron, zarówno młodych, jak też starszych. Dlatego też konieczna wydaje się potrzeba pedagogizacji dorosłych, którzy mają w swoim otoczeniu bliskie osoby, które są na tym etapie.

Warto podkreślić, że nie można za kogoś przeżyć młodości, tak samo, jak nie da się kogoś zupełnie ustrzec przed błędami tego czasu. Każdy jest jednostką unikalną, niepowtarzalną, z własnym bagażem doświadczeń i oczekiwań, indywidualnym rozwojowym „rozkładem jazdy”, więc każdy własnymi ścieżkami wkracza na drogę do dojrzałości. Adolescenci na „poligonie dorosłości” potrzebują od starszych zaufania, autonomii w podejmowaniu decyzji oraz niezależności w działaniu, ponieważ tylko takie warunki sprawią, że młodzi doświadczą tych ćwiczeń w byciu dorosłym. Uaktywniona zostanie wówczas ich wiara we własną moc sprawczą. Aby wspomóc nastolatki w okresie tranzycji z dzieciństwa do dorosłości nie potrzeba wiele, wystarczy świadomość specyfiki okresu adolescencji, zgoda na ów stan, rozumiejąca, czasem „cicha” obecność zapewniająca młodych o ich akceptacji i gotowości do partnerskiej współpracy. Akceptująca i partnerska obecność zaufanej osoby dorosłej, czasem nawet tylko ta fizyczna, jest istotnym czynnikiem wzmacniającym kompetencje silnej psychiki nastolatka. Zwracają na to uwagę Daniel J. Siegel oraz Tina P. Bryson, którzy piszą do opiekunów: „jest jedna rzecz, którą możecie zrobić zawsze, i to najlepsza ze wszystkich. Zamiast się martwić albo dążyć do ideału, który po prostu nie istnieje, po prostu bądźcie obecni. W byciu obecnym chodzi dokładnie o to, o czym myślicie. Chodzi o to, by być obecnym fizycznie przy dzieciach, a także o to, by zapewniać im obecność w sensie psychicznym” (Siegel, Bryson, 2020).

Wspomagać czasem oznacza tylko „nie przeszkadzać”, zaufać biegowi zdarzeń i mocy sprawczej oraz kompetencjom osób, których sprawa dotyczy.. Dla opiekunów rola towarzysza – partnera w nabywaniu przez młodych kompetencji osób dorosłych nie zawsze przychodzi łatwo. Tendencja do moralizowania, oceniania, porównywania to rodzaje barier relacyjnych, nad którymi powinniśmy poczynić refleksję – czy warto?

Z pomocą przychodzi cały szereg wskazówek, inspiracji, refleksyjnych myśli, a nawet narzędzi gotowych do zastosowania, których celem jest nawiązanie zdrowych relacji, satysfakcjonujących obie strony . Jednym z tego typu rozwiązań jest

propozycja Jespera Juula, który dorosłego (w tym przypadku rodzica/opiekuna), który towarzyszy adolescentom, określił mianem *sparingpartnera* (Juul, 2014). Jest to relacja, w której osoba stawia podczas treningu (w tym przypadku treningu przed realiami życia w dorosłości) maksymalny opór w celu przezwyciężenia jak największej ilości wariantów, które czekają w prawdziwym życiu, jednocześnie stara się minimalizować szkody wyrządzone partnerowi podczas tego treningu. Rolą dorosłych jest więc zmiana charakteru tych relacji na partnerskie, uczące odpowiedzialności, wspierające i maksymalnie przygotowujące do samodzielnego życia.

Warto również pamiętać, jak tłumaczy M. Kaczmarzyk, że: są rzeczy, których dorosły opiekun (nauczyciel, rodzic, wychowawca) po prostu nie powinien oczekiwać od swojego podopiecznego, nie mówiąc już o jakimkolwiek stawianiu warunków w tym zakresie. Zdrowy i typowy nastolatek nie przyjmie za pewne i jedynie słuszne zdania dorosłego, nawet jeśli może mu to zaoszczędzić kosztownych prób i niebezpiecznych błędów. Nie będzie skłonny wierzyć w rozwiązania, które podsuwają mu dorośli, a na próby przekonania go do takich koncepcji zareaguje nieufnością i przekorą o sile proporcjonalnej do stanowczości opiekunów (Kaczmarzyk 2017, s. 170).

Zakończenie

W świetle nieustannie kreowanego kultu młodości i przedłużania się etapu adolescencji, przy jednoczesnych trudnościach w zrozumieniu jego psychosocjopedagogicznej istoty, wskazane jest rozpowszechnienie wiedzy na ten temat w środowisku rodzinnym nastolatka. Znacząca wydaje się postawa osób dorosłych – ważnych dla niego i mu towarzyszących. Warto zatem rozpowszechniać wśród nich wiedzę na temat psychospołecznej charakterystyki okresu adolescencji. Jest to podstawa, która pomoże w zrozumieniu sytuacji młodych.

Jako zakończenie oraz wniosek końcowy z analiz przedstawionych w tekście niech posłużą słowa Przemysława Staronia skierowane do dorosłych w kontekście relacji z nastolatkami:

Starajcie się opisywać. Wyjaśniać zachowanie. Rozumieć motywy. Słuchać tego, co człowiek mówi, i tego, czego nie mówi. Oglądać to, co oglądają młodzi, i czytać to, co oni czytają. A gdy się da, robić to wspólnie z nimi. Pamiętać, że akceptacja osoby nie jest jednoznaczna z aprobatą jej konkretnych czynów. Te czyny, które trudno zaaprobować, wynikają często z poczucia braku akceptacji. Te czyny są krzykiem. Krzykiem o miłość (Staroń, 2020, s. 17).

Bibliografia

- Bakiera, L. (2009). *Czy dorastanie musi być trudne?* Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Brzezińska, A. (2004). *Spoleczna psychologia rozwoju*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Erikson, E. (2004). *Tożsamość a cykl życia*. Poznań: Wydawnictwo Zysk i S-ka.
- Juul, J. (2014). *Nastolatki: Kiedy kończy się wychowanie?*. Podkowa Leśna: Wydawnictwo MiND.
- Kaczmarzyk, M. (2017). *Szkoła neuronów: O nastolatkach, kompromisach i wychowaniu*. Słupsk: Wydawnictwo Dobra Literatura.
- Lipska, A., Zagórska, W. (2011). „Stająca się dorosłość” w ujęciu Jeffreya J. Arnetta jako rozbudowana faza liminalna rytuału przejścia. *Psychologia rozwojowa*, 16(1), 9-21.
- Obuchowska, I. (2004). Adolescencja. W: B. Harwas-Napierała, J. Trempała (red.), *Psychologia rozwoju człowieka* (ss. 163-201). Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Oleniacz, M. (2005). *Przeżywanie młodości: Obraz fenomenu w badaniach biograficznych*. Kraków: Oficyna Wydawnicza Impuls.
- Siegel, D. J. (2016). *Burza w mózgu nastolatka: Potencjał okresu dorastania*. Podkowa Leśna: Wydawnictwo MiND.
- Siegel, D.J., Bryson, T.P. (2020). *Potęga obecności: Jak obecność rodziców wpływa na to, kim stają się nasze dzieci, i kształtuje rozwój ich mózgow*. Warszawa: Mamaniana.
- Staroń, P. (2020). *Szkoła bohaterów i bohaterów, czyli jak radzić sobie z życiem*. Warszawa: Wydawnictwo Agora.

