

## Charakterystyka młodzieży w wieku gimnazjalnym

Wiek gimnazjalny często określany bywa jako okres „burzy i naporu”. Choć wielu 14, 15 latków dojrzewa fizycznie i wygląda na starszych i dojrzalszych niż są w rzeczywistości, to większość z nich pozostaje niedojrzała emocjonalnie, umysłowo i moralnie. Bardzo często dorośli widząc rozwinięte fizycznie ciała, oczekują od nastolatków więcej niż są oni w stanie dać.

Podczas okresu dojrzewania młodzież przechodzi ponowne narodziny. Wraz z odmienionym ciałem pojawia się możliwość nowej tożsamości – wszystko jest możliwe. Te nowe narodziny wywołują pewne zamieszanie, frustracje, stres.

Ważne jest aby młodzież:

- rozwijała pozytywne poczucie ja i swoich własnych możliwości;
- rozumiała znaczenie dalszego uczenia się;
- rozumiała na czym polega presja rówieśnicza i potrafiła się jej przeciwstawić;
- poznała źródła pomocy ze strony kolegów i innych osób

Młodzież w okresie dojrzewania ma niewielkie doświadczenie w radzeniu sobie ze stresem i z problemami, wierzy w to, że jedynymi osobami, które mogą im pomóc są rówieśnicy. Chcą spędzać czas z kolegami, bez końca rozmawiają przez telefon, posyłają sobie liściki. Szukają potwierdzenia, że to co im się przytrafia jest normalne. Uważają, że dorośli nie potrafią ich zrozumieć. Młodzi ludzie w tym wieku chcą być zauważani. Wszyscy ubierają się i mówią podobnie, mają takie same upodobania, wartości. Kontakt z rodziną załamuje się, na pierwszym miejscu jest grupa rówieśnicza. Rodzice często odczuwają niepokój i rozdrażnienie.

Wielu nastolatków poddaje w wątpliwość wszystko co miało miejsce w przeszłości. Dorośli, którzy kiedyś cieszyli się szacunkiem mogą być krytykowani i może dochodzić do kłótni. Polecenia typu: „ja ci mówię”, „po prostu nie” już nie wystarczają. Młodzież chce wyjaśnień. Często z góry zakładają, że nie powinni się zgadzać ze wszystkim co mówi dorośli. Wpływ rodziców i nauczycieli może działać ale wymaga to z ich strony dużego wysiłku i umiejętności porozumiewania się.

Motywy wielu działań nastolatków jest pragnienie przynależności, zwłaszcza do grupy rówieśniczej. Niektórzy tylko czytają, słuchają muzyki, oglądają filmy, w których występują rówieśnicy. Pragną zachowywać się tak jak oni. Presja rówieśnicza nie polega tak naprawdę na tym, że jakaś osoba lub grupa osób wywiera nacisk na jednostkę. Jest to raczej nacisk jaki jednostka wywiera na samą siebie, dlatego iż zachowując się tak jak grupa czuje, że jest jej częścią.

Młodzież często działa pod wpływem chwili, w zależności od sytuacji i towarzystwa. Może to prowadzić do picia alkoholu i używania innych środków uzależniających.

Ponieważ ich ciała szybko się zmieniają, młodzi ludzie niemal obsesyjnie zaczynają się przejmować swoim wyglądem, tempem rozwoju. Wiele czasu poświęcają na rozmowy i żarty na ten temat z kolegami. Informacje jakie uzyskują od nich są często niedokładne i nieodpowiednie.

Dlatego rodzice i nauczyciele powinni podkreślać, że nieużywanie środków uzależniających jest najlepszym sposobem na to aby mieć zdrowe i atrakcyjne ciało teraz i w przyszłości.

Młodzież wierzy, że jest niepokonana, jest gotowa podejmować ryzyko, flirtować ze śmiercią, wierząc, że ona ich nigdy nie osiągnie.

Bardzo ważne są przyjaźnie. Są one budowane na bazie dzielenia się, doświadczeń, zainteresowań, wartości, przekonań i bliskości zamieszkania. Bardzo ważne jest aby rodzice wiedzieli kim są przyjaciele ich dzieci, by mogli, by mogli wzmacniać pozytywne przyjaźnie, a chronić przed tymi, które mogą się okazać szkodliwe. Dorośli powinni się aby swoimi postawami modelować zdrowe, odpowiedzialne zachowania, powinni znać osoby, z którymi ich dzieci spędzają czas.

Podstawowym zmartwieniem nastolatków jest to, jak być akceptowanym przez rówieśników. Jeżeli będą się czuli włączeni do grupy nie będzie potrzeby uciekania się do nielegalnych lub nieodpowiednich zachowań.

Młodzież w tym wieku chce być niezależna i nie chce spełniać oczekiwań rodziny i dorosłych. Potrzebuje emocjonalnego wsparcia, ale chce by pozwolono jej na sprawdzenie własnych pomysłów.

## WSKAZÓWKI DLA RODZICÓW:

Nastolatki czują potrzebę wchodzenia w dorosłe życie bez rodzicielskiego kierownictwa. Rodzicielska troska jest odbierana jako traktowanie ich jak dziecka.

- **Zaakceptuj niespokojność i niezadowolenie**  
jest to wiek pełen przeciwieństw i niespójności. Nie jest niczym nienormalnym jeżeli nastolatek zachowuje się w sposób zmienny np.: kocha rodziców i nienawidzi ich.
- **Unikaj prób bycia nazbyt rozumiejącym**  
nastolatki czują się osobami niepowtarzalnymi, jedynymi w swoim rodzaju. Odbierają siebie jako istoty złożone i tajemnicze, są bardzo zmartwieni gdy w oczach innych ich przeżycia są oczywiste i proste.
- **Rozmawiaj i działaj jak dorosły**  
nie rywalizuj z nastolatkiem zachowując się tak jak on lub używając jego języka. Nastolatki umyślnie przyjmują styl życia inny od rodziców, jest to częścią procesu kształtowania się ich tożsamości.
- **Wspieraj nastolatka i podtrzymuj jego mocne strony**  
ograniczaj swe komentarze dotyczące wad nastolatka. Dostarczaj mu takich doświadczeń, które wzmacniają charakter i budują osobowość.
- **Unikaj podkreślania słabych stron**  
ból przy dokuczaniu i zniewagach gdy pochodzą od rodzica trwa dłużej.
- **Pomóż nastolatkowi samodzielnie myśleć**  
używaj języka, który pomaga rozwijać niezależność „to twój wybór”, „sam zdecyduj o tym”. Należy zachęcać do samodzielnych decyzji.
- **Prawda połączona ze współczuciem buduje miłość**  
niektórzy rodzice przesadnie dążą do udowodnienia kiedy i dlaczego mieli rację. Czasami prawda używana po to by jej dowieść może obrócić się przeciwko rodzicom.
- **Respektuj potrzebę odosobnienia i prywatności**  
wymaga to zachowania nieco dystansu.

- **Unikaj frazesów i prawienia kazań**  
Unikaj stwierdzeń w rodzaju „jak byłem w twoim wieku”, „to mnie rani bardziej niż ciebie”.
- **Unikaj etykietowania**  
„Ania jest głupia i leniwa”. Dzieci mają tendencję do dostosowywania się do tego co myślą rodzice.
- **Unikaj dwuznacznych wypowiedzi**  
stwierdzenie rodzica powinno zawierać jasny przekaz: pełne dobrej woli pozwolenie, jasny zakaz lub otwarty wybór.
- **Unikaj skrajności**  
zarówno „dokręcanie śruby” jak i dawanie zupełnej wolności nie jest właściwe.
- **Zachowaj poczucie humoru**

#### Bibliografia:

1. M. Żebrowska – „Psychologia rozwojowa dzieci i młodzieży”
2. „Charakterystyka rozwoju dzieci i młodzieży” – fragmenty amerykańskiego programu profilaktycznego „Zdrowe klasy”, Pracownia Profilaktyki Młodzieżowej „Pro – M”, Instytut Psychiatrii i Neurologii w Warszawie.

**Pedagog szkolny**