

## Burzliwy okres dorastania. Relacje rodzic-dziecko, o czym należy pamiętać ?

Okres dorastania to okres szczególnie trudny, a zarazem ważny w życiu dzieci. To **wiek problemów i trudności**, to wiek „**stawiania się**” **dorosłymi**. Jest to okres w którym następuje **cały szereg zmian** w funkcjonowaniu dziecka w rodzinie.

Rodzina zaspakaja nadal podstawowe potrzeby dziecka – materialne, uczuciowe i społeczne oraz stanowi dla niego źródło nieustannych doświadczeń i wiedzy o życiu. W miarę jednak rozwoju kontaktów dziecka z szerszym światem **wpływ rodziny maleje**. Zasadniczego znaczeniu nabierają natomiast **kontakty dziecka z rówieśnikami oraz oddziaływanie środków masowej komunikacji** (w tym głównie *Internet, smartfon*, ). Przekształceni ulegają związki zależnościowe w kierunku usamodzielnienia się dziecka, uniezależnienia się od otoczenia.

Pojawiają się takie zmiany jak:

1. **kryzys autorytetu rodziców,**
2. **konflikty z rodzicami,**
3. **osłabienie więzi emocjonalnej.**

**Ad.1.** Kryzys autorytetu rodziców pojawia się jako **rezultat wzrostu krytycyzmu** na tle rozwoju sprawności umysłowych. Analiza postępowania rodziców, rozumienie motywów jakimi się kierują, ocena rezultatów, prowadzi często do surowej ich oceny. Przestają oni być dla dziecka wzorem doskonałości, **stają się zwykłymi ludźmi** z ich wadami i zaletami. Może to prowadzić do utraty zaufania młodocianych do rodziców. Kryzys ten często jest pogłębiany poprzez rozczarowanie do świata pełnego sprzeczności między obowiązującymi normami, a stosowaniem tych norm przez ludzi dorosłych.

**Ad.2.** Konflikty z rodzicami to przede wszystkim rezultat różnicy międzypokoleniowej oraz ich stosunku do zmian kulturowych i obyczajowych. To także efekt zachodzącego procesu dojrzewania (w szczególności zakłóceń tego procesu).

**Ad.3.** Osłabienie więzi emocjonalnej w rodzinie jest naturalną konsekwencją obniżenia autorytetu rodzicielskiego oraz częstych konfliktów i nieporozumień między rodzicami i dziećmi. Zachowanie dorastających **pełne jest sprzeczności** – raz okazują rodzicom daleko idące względy, w innych całkowicie się odwracają.

Warto też zauważyć, iż okres dorastania charakteryzuje niezwykła **intensywność i żywość przeżyć uczuciowych**, łatwość oscylacji między nastrojami krańcowymi, **duża ruchliwość stanów uczuciowych**. Jest to zarazem okres dojrzewania płciowego.

Pojawiają się **nowe zainteresowania**: płeć, kultura, poezja, sztuka, życie społeczne, portale społecznościowe itp. Pojawia się **potrzeba idealu**, pojawia się szczególna wrażliwość na krzywdę, na niesprawiedliwość.

Młodzi ludzie **chcą być dorośli** – mieć prawa dorosłych, ale nie ich obowiązki. Pojawiają się **postulaty większej samodzielności**:

- korzystania swobodnie z rozrywek,
- swobody organizowania czasu,

- szerszych kontaktów z rówieśnikami (bezpośrednich, również wirtualnych),
- większej swobody w wychodzeniu z domu,
- posiadania własnych pieniędzy,
- dowolności wyglądu i stroju itp.

W okresie dorastania pojawia się **cały szereg form zachowań niepożądanych**. Wśród najczęściej występujących można by wymienić:

1. **zachowania związane ze stosunkiem młodzieży do osób dorosłych i ich wymagań** (są to objawy niezdyscyplinowania, lekceważenia wszelkiego rodzaju poleceń, norm, zakazów i nakazów, niepodporządkowywanie się zarządzeniom rodziców, arogancja, przekora, upór),
2. **zachowania związane ze stosunkiem dorastającego do grupy rówieśniczej zarówno w kontakcie realnym jak i wirtualnym w internecie** (niewłaściwy dobór przyjaciół, odrzucenie przez grupę lub przeciwnie – całkowite podporządkowanie się jej, konflikty między wymaganiami grupy, a wymaganiami domu czy szkoły itp.),
3. **zachowania związane z przedwczesnym nawiązywaniem kontaktów z osobami płci odmiennej** (zaniedbywanie obowiązków szkolnych, poświęcanie zbyt dużej uwagi sprawom wyglądu zewnętrznego, przedwczesne stosunki płciowe i konsekwencje z nich wynikające),
4. **zachowania związane z ustosunkowaniem się do samego siebie** (nadmierna pewność siebie lub nieśmiałość),
5. **zachowania wyrażające światopoglądowe niepokoje i wątpliwości**, będące przejawem postawy wobec otaczającego świata, społeczeństwa i dóbr kulturowych (odrzucanie wzorów i norm moralnych, negatywny stosunek do pracy, niszczenie mienia, skłonność do alkoholizmu, narkomanii, agresji).

Jak zatem powinien zachowywać się „idealny rodzic”? Jak pomagać własnemu dziecku w tym trudnym dla niego okresie? Co robić? Jak kształtować relacje z własnym dzieckiem?

**Otóż „idealny rodzic” :**

- zna ogólne prawidłowości wieku dorastania i stara się dostosować swoje oddziaływania wychowawcze do zmieniającej się psychiki dziecka,
- wykształca w domu rodzinnym nawyk mówienia o swoich problemach,
- ponieważ rozumie skąd się bierze tendencja dorastającego do krytykowania zastanych wzorów i wartości, nie przyjmuje tej krytyki w sposób ambicjonalny, nie stara się wykazać za wszelką cenę niekompetencji dziecka, ale traktuje jego uwagi krytyczne jako cenne źródło wiedzy o sobie, potrafi przyznać dziecku rację,

- akceptuje w pełni i stara się ułatwić zaspokojenie nowych potrzeb: samodzielności, kontaktów ze środowiskiem rówieśniczym, potwierdzenia własnej wartości (rozumiejąc dążenie dziecka do samodzielności przyznaje mu określony margines błędu, nie żądając od pierwszych prób zachowania bezbłędnego),
- wysłuchuje opinii dorastającego, uznaje ją za ważną i jeśli podejmując decyzję jej nie uwzględnia, zawsze stara się wyjaśnić i uzasadnić swoją postawę,
- w pewnych sferach życia, które uważa za mniej istotne, przyznaje dorastającemu całkowitą swobodę decydowania (np. sposób ubierania się, upodobania muzyczne itp.); stwarza tym samym płaszczyznę do dyskusji nad problemami etycznymi.

W okresie dorastania nieporozumienia i konflikty są „wpisane” w rozwój dziecka. Bardzo ważne jest zatem, aby umieć w sposób właściwy reagować na nie. **Zamiast karania** (szczególnie częstego karania i ostrego karania) można przecież przyjąć zupełnie inną strategię postępowania.

Schematycznie można by przedstawić ją w sposób następujący:

1. wyrażaj swoje uczucia, nie atakując charakteru dziecka (np. „jestem wściekły...”),
2. określ swoje oczekiwania („oczekuję, że...”),
3. wskaż dziecku, jak ma naprawić popełnione zło ( np. „możesz to...”),
4. zaproponuj wybór („możesz zrobić na przykład tak...”),
5. przejmij inicjatywę („ty mi powiedz, jak to...”),
6. wspólnie rozwiąż problem („możemy ustalić, że...”).

Kończąc ten krótki, przegląd relacji dziecko-rodzic w okresie dorastania **pamiętajmy**:

- a. okazujmy dużo wyrozumiałości i cierpliwości swoim dzieciom,
- b. zawsze znajdźmy czas na rozmowę z nimi,
- c. bądźmy konsekwentni (obydwoje rodzice), a zarazem niech wasze oddziaływania wychowawcze będą spójne,
- d. zachęcajmy, a zarazem twórzmy warunki do samodzielności dzieci,
- e. okazujmy im swoją miłość.

mgr Grzegorz Urban