



# Adolescencja

*mgr Ewa Morawiecka*



# Zadania rozwojowe

1. osiągnięcie dojrzałej więzi z rówieśnikami obojga płci
2. ukształtowanie roli kobiecej lub męskiej
3. akceptacja wyglądu i skuteczne posługiwanie się własnym ciałem
4. niezależność uczuciowa od rodziców
5. przygotowanie do życia w małżeństwie i rodzinie
6. przygotowanie do kariery zawodowej (niezależności ekonomicznej)
7. rozwijanie ideologii (sieć wartości) i systemu etycznego kierującego zachowaniem
8. dążenie i rozwijanie postępowania akceptowanego społecznie



# Wczesna/Późna adolescencja

**Cel: ukształtowanie zdolności dawania życia**

- zmiany fizjologiczne związane z okresem pokwitaniowym są podłożem obrazu własnej osoby, akceptacji siebie (**ANOREKSJA/BULIMIA**), odpowiedzialne są za pobudzenie emocjonalne i ambiwalencję (**DEPRESJA**);
- akceptacja własnej płci (poszukiwanie tożsamości) (**INFANTYLIZM**, u dziewcząt: **KOMPLEKS DIANY**, u chłopców **KULT MACHO**)

**Cel: ukształtowanie zdolności samodzielnego kształtowanie własnego życia**

- rozwój społeczny: nawiązywanie kontaktów rówieśniczych, pierwsze miłości (rozwój uczuć wyższych, w tym też estetycznych, moralnych)
- kształtowanie własnej filozofii życiowej: konwencjonalna moralność (zależna od opinii otoczenia, moralność oparta na prawie), rygoryzm moralny, idealizm młodzieżowy,



## !!! mass media !!!

- Nasiloną erotyzacja przyczynia się do liberalizacji postaw wobec seksu
- Niebezpieczeństwem jest pojawienie się trudności związanych z identyfikacją płci (roli kobiety/mężczyzny) – współcześnie rola kobiety jest mniej wyraźnie określona i mniej stabilna niż męska
- Następuje porównywanie siebie do wzorców prezentowanych w mediach, które zazwyczaj wypada niekorzystnie (szczególnie w odniesieniu do sylwetki).



# Rola grupy rówieśniczej w okresie adolescencji

Związki rówieśnicze są trojakiego rodzaju:

- 1. Paczki (kliki)** – małe, blisko z sobą zżyte grupy, złożone najpierw z osób tej samej płci, potem różnych płci, członkowie są w tym samym wieku, mają zbliżone zainteresowania, podobne pochodzenie społeczne
- 2. Grupy** – liczniejsze, kontakty oparte na podobnych zainteresowaniach oraz orientacjach zawodowych
- 3. Związki przyjaźni** – zazwyczaj jeden lub dwóch przyjaciół, kontakty intensywne, oparte na lojalności i zaufaniu (w większości osoby tej samej płci: dziewczęta spędzają wiele czasu na rozmowach, chłopcy podejmują wspólne działania)



# Funkcje grupy rówieśniczej:

1. Zastępowanie rodziny – poczucie bezpieczeństwa, określony status
2. Stabilizacja osobowości
3. Wzbudzanie poczucia własnej wartości
4. Określanie standardów zachowania
5. Zapewnianie „bezpieczeństwa wynikającego z liczebności”
6. Rozwijanie społecznych kompetencji
7. Przyjęcie wzorów do ich naśladowania



# Korzyści i zagrożenia w grupach rówieśniczych

+	-
<ul style="list-style-type: none"><li>• Solidarność grupowa</li><li>• Wzmocnienie poczucia własnej wartości</li><li>• Bezpieczeństwo emocjonalne i fizyczne</li><li>• Rozwijanie zainteresowań oraz różnych form działania</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Solidarność może wywołać niechęć oraz nienawiść do innych</li><li>• Zuchwałość</li><li>• Agresja wobec domniemanych wrogów</li><li>• Zainteresowania aspołeczne</li></ul>



# Konflikty wg. Ericksona – stadia rozwoju psychospołecznego

Okres życia	Konflikt	Charakterystyka stadium
<b>Niemowlęctwo</b> (od 0 do 1 r.ż.)	ufność – nieufność	Osiągnięcie zaufania do matki lub osoby sprawującej opiekę.
<b>Wczesne dzieciństwo</b> (od 2 do 3 r.ż.)	autonomia - wstyd i zwątpienie	Osiągnięcie samokontroli i poczucia własnej odrębności.
<b>Wiek zabaw</b> (od 4 do 5 r.ż.)	inicjatywa – poczucie winy	Ukształtowanie orientacji na cele i inicjatywność w działaniu.
<b>Wiek szkolny</b> ( od 6 do 12 r.ż.)	pracowitość – poczucie niższości	Osiągnięcie poczucia własnych kompetencji.
<b>Adolescencja</b> (od 13 do 18 r.ż.)	tożsamość – rozproszenie tożsamości	Osiągnięcie odpowiedzi na pytanie, kim jestem i kim mogę być oraz wierność sobie.
<b>Wczesna dorosłość</b> (od 26 do 40 r.ż.)	intymność – izolacja	Osiągnięcie zdolności do miłości bez utraty poczucia własnej tożsamości.
<b>Dorosłość</b> (od 26 do 40 r.ż.)	generatywność – stagnacja	Potrzeba opiekowania się młodymi ludźmi i troska o los młodszych generacji.
<b>Dojrzałość</b> (powyżej 41 r.ż.)	integralność EGO - rozpacz	Osiągnięcie mądrości życiowej w wyniku pozytywnego bilansu życia.





## Najczęstsze problemy okresu adolescencji

- lęki (dotyczące osiągnięć szkolnych, pozycji wśród rówieśników, odnoszące się do relacji seksualnych)
- zaburzenia odżywiania (anoreksja i bulimia)
- uzależnienia, nadużywanie, używanie ryzykowne (substancje psychoaktywne: narkotyki, nikotyna, alkohol)
- zachowania destrukcyjne i autodestrukcyjne (agresywne, przestępcze, samobójcze)
- depresja



# Model postaw rodzicielskich wg. Ziemskiej

Pozytywne:	Negatywne:
<ul style="list-style-type: none"><li>• Postawa akceptacji</li><li>• Postawa współdziałania</li><li>• Uznanie praw dziecka</li><li>• Rozumna swoboda</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Nadmiernych wymagań</li><li>• Nadmiernie ochraniająca</li><li>• Unikająca</li><li>• Odtrącająca</li></ul>

U źródeł negatywnych postaw rodzicielskich leżą nadmierna koncentracja na dziecku (wywołująca reakcje nerwicowe) lub nadmierny dystans wobec dziecka (rodzi u dzieci agresję).



# Charakterystyka postaw rodzicielskich

**Postawa akceptacji** – przejmowanie dziecka takim jakie jest, rodzice lubią swoje dziecko i okazują mu pozytywne uczucia, starają się zaspokoić jego potrzeby, dają poczucie bezpieczeństwa i zadowolenia z własnego istnienia.

**Postawa współdziałania** – pozytywne zaangażowanie na rzecz dobra dziecka, zainteresowanie jego życiem, uczuciami itd. Rodzice są aktywni w nawiązywaniu kontaktów z dzieckiem, który sprawia przyjemność obu stronom.

**Uznanie praw dziecka** – dziecko traktowane jako partner, rodzice okazują szacunek dla jego indywidualności, pozwalają mu działać na własną odpowiedzialność, kierują nim poprzez sugestie, wyjaśnianie, dziecko jest świadome oczekiwań rodziców przystających do jego możliwości.

**Rozumna swoboda** – w miarę rozwoju dziecka pozwolenie na oddalanie się fizyczne przy dbałości o więź psychiczną, zaufanie, swoboda przy zachowaniu rodzicielskiego autorytetu.



# Charakterystyka postaw rodzicielskich

**Nadmiernych wymagań** – wynik nadmiernego skoncentrowania na dziecku i dominacji rodziców, rodzice tworzą pewien ideał do spełnienia, postawy cząstkowe:

- Wygórowane wymagania
- Narzucanie autorytetu
- Ograniczenie samodzielności i swobody
- Sztywne reguły
- Braku uznania równych praw dziecka w rodzinie i poszanowania dla jego indywidualności

**Nadmiernie ochraniająca** – gdy rodzice są jednocześnie nadmiernie skoncentrowani i nadmiernie ulegli wobec dziecka, uznają dziecko za wzór doskonałości, są zbyt opiekuńczy, pobłażliwi i starają się rozwiązać wszelkie trudności za dziecko, ogranicza to rozwój dziecka, uzależnia od rodziców, prowadzi do ograniczenia swobody dziecka lub izolacji społecznej.

**Unikająca** – nadmierny dystans emocjonalny, uległość i bierność, ubogi stosunek uczuciowy rodziców wobec dziecka, czasami obojętność. Kontakt z dzieckiem luźny lub pozornie dobry.  
Postawy cząstkowe:

- Ukryta lub jawna bez troska (brak odpowiedzialności)
- Ignorowanie dziecka
- Unikanie kontaktu z dzieckiem
- Lekkość i obojętność na niebezpieczeństwa

**Odrzucająca** – dziecko odczuwane jest jako ciężar, rodzice są rozczarowani, zawiedzeni, urażeni, rodzice nie dostrzegają potrzeb dziecka, postawy cząstkowe:

- Brak uczuć pozytywnych
- Dezaprobata
- Otwarta krytyka dziecka
- Surowe kary
- Straszanie, brutalne traktowanie