

*Maria Kliś
Stanisław Nieciurński*

PORADNIK

Rozwój, problemy i zagrożenia,
wybór zawodu.



Z serii: "Wybór Zawodu"
Dla szkół gimnazjalnych

Seria wydawnicza: „Wybór Zawodu”

Koordynator serii: Joanna Aksman

Recenzent: dr Wojciech Soborski

Korekta: Margerita Krasnowolska

Projekt okładki: Agencja Reklamy EURA7

Skład i łamanie: Agencja Reklamy EURA7

Wydawnictwo:

© Ministerstwo Edukacji Narodowej, Kraków 2011

Wszelkie prawa zastrzeżone, kopiowanie, przedruk i rozpowszechnianie całości lub fragmentów bez zgody wydawcy zabronione.

ISBN:

Poradnik opracowany został w ramach projektu: „Opracowanie narzędzi diagnostycznych i materiałów metodycznych wspomagających proces rozpoznawania predyspozycji i zainteresowań zawodowych uczniów” realizowanego przez Krakowską Akademię im. Andrzeja Frycza Modrzewskiego



UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Maria Kliś,
Stanisław Nieciński

Poradnik Rozwój, problemy i zagrożenia z serii „Wybór Zawodu”

Poradnik dla gimnazjalistów

Kraków 2011

Spis treści

Do Czytelników	5
1. Znaczenie pracy w życiu człowieka	8
2. Przygotowanie do pracy. Kształcenie ogólne i zawodowe	19
3. Rodzaj szkoły ponadgimnazjalnej a indywidualne cechy uczniów	24
4. Praca a osobowość jednostek	27
4.1. Typologia osobowości zawodowych według Hollanda	27
5. Środowisko pracy XXI wieku	32
6. Portret młodzieży w wieku gimnazjalnym. Szkic psychologiczny.....	38
6.1. Rozwój fizyczny oraz dojrzewanie płciowe	38
6.2. Skok rozwojowy w okresie pokwitania	41
6.3. Charakterystyka psychiki nastolatka	43
6.4. Rozwój poznawczy	46
6.5. Kształtowanie się zainteresowań nastolatków	59
6.6. Budowanie osobowości w okresie dorastania	60
7. Oddziaływania społeczne na rozwój nastolatka – wpływ: rodziny, szkoły, grup rówieśniczych	62
8. Proces formowania się tożsamości młodzieży gimnazjalnej	66
8.1. Rozwój moralny we wczesnym okresie dorastania	69
8.2. Kształtowanie się światopoglądu dorastającej młodzieży	71
8.3. Idealizm młodzieńczy	73
9. Zadania rozwojowe i działania charakterystyczne dla okresu dorastania	76
10. Problemy, kryzysy i zagrożenia okresu dorastania oraz sposoby radzenia so- bie z nimi	77
10.1. „Pułapki” czyhające na młodzież w okresie dorastania:	78
Wagary	79
Uzależnienie od mediów, szczególnie Internetu	80
Przynależność do sekt	81
Nadużywanie środków psychoaktywnych	82
Przestępczość nieletnich	83
Zaburzenia odżywiania	83
Ryzykowne zachowania seksualne	84
Samobójstwa nastolatków	85
11. Wybór i przygotowanie do zawodu a inne cele życiowe	87
12. ANEKSY	89
1. Aneks 1 – Instytucje wspomagające rozwój człowieka – do kogo i gdzie się zwrócić z różnymi problemami?	89
2. Aneks 2 – Inne instytucje niosące pomoc młodym ludziom	111

DO CZYTELNIKÓW



Poradnik ten ma służyć przede wszystkim gimnazjalistom. Jeśli jesteś jednym z nich, przedstawione w nim informacje powinny Ci ułatwić dokonanie wyboru szkoły, do której zamierzasz pójść po ukończeniu gimnazjum. Wiedzę niezbędną do podjęcia tej decyzji wyselekcjonowaliśmy z ogólnego zbioru danych zawodoznawczych. Odpowiednie dane wybraliśmy ze szczególną rozważą, uwzględniając fakt, że od dokonanych w tym zakresie rozstrzygnięć zależeć będzie nie tylko kierunek i poziom Twojego dalszego kształcenia, ale i – w perspektywie – prawdopodobnie także Twoja przyszła profesja.

Wybór szkoły oprzeć powinienes – jak sądzimy – na czterech względnie niezależnych zbiorach informacji. Obejmują one wiedzę określającą:

1. znaczenie pracy zawodowej w życiu człowieka,
2. zróżnicowanie profilów i poziomów nauki przekazywanej w szkołach ponadgimnazjalnych,
3. Twoje własne – indywidualne – cechy, rzutujące na powodzenie w dalszej nauce oraz na samorealizację w przyszłej pracy zawodowej,
4. czynniki warunkujące ludzką pracę w XXI wieku.

W niniejszym Poradniku znajdziesz omówienie wszystkich wymienionych wyżej problemów. Poszczególnym zagadnieniom nie poświęcamy jednak porównywalnej ilości miejsca: ograniczyliśmy przekaz informacji dotyczących dwóch pierwszych zagadnień i tematu ostatniego. Rozbudowaliśmy natomiast treści uwypuklone w punkcie trzecim. Oświetlają one związki i zależności występujące między wyborem szkoły a osobistymi przymiotami uczniów.

Zabieg wydaje się celowy – wiedza o samym sobie stanowi bowiem niezbędną tło wszystkich racjonalnie podejmowanych decyzji życiowych. A przecież rozstrzygnięciem tego rodzaju jest niewątpliwie dokonywany przez uczniów wybór szkoły ponadgimnazjalnej, a więc decyzja, którą Ty także w tym zakresie podejmiesz. Winna ona odpowiadać Twoim zdolnościom i zainteresowaniom, osobistym cechom temperamentu i charakteru, indywidualnym ambicjom i dążeniom. Aby tak się stało, powinienes oprzeć ją na wiedzy o tym, kim jesteś, co umiesz robić, czym lubisz się zajmować, kim pragniesz zostać.

Tekst *Poradnika* prezentuje zbiór możliwych odpowiedzi na wyżej przedstawione pytania. Zapoznaj się z nimi dokładnie, gdyż przeprowadzany przez Ciebie wybór szkoły będzie owocował długofalowymi, ważkimi życiowo konsekwencjami. Rzutować może między innymi na poziom i kierunek Twojej dalszej nauki oraz rodzaj wykonywanej w przyszłości pracy zawodowej. Pośrednio wpłynie zatem również na Twoją przyszłą pozycję społeczno-ekonomiczną, urzeczywistnienie indywidualnych aspiracji, samorealizację, poczucie dobrostanu oraz stopień osobistej satysfakcji życiowej.

Wyboru szkoły ponadgimnazjalnej powinna dokonać osoba podejmująca kształcenie – zatem decyzja należy do Ciebie. Twoja edukacja oraz dalsze

losy nie są oczywiście obojętne dla wielu innych osób, szczególnie dla tych, którzy Cię kochają. Ewentualne miejsca Twojej dalszej nauki po ukończeniu gimnazjum, powinieneś rozważyć zatem wspólnie z nimi. Przedyskutuj je przede wszystkim z rodzicami, nauczycielami oraz tymi osobami, którym ufasz i cenisz je za bogate doświadczenie i autentyczną, osobistą mądrość.

Treści prezentowane w Poradniku kierujemy także do wszystkich potencjalnych uczestników konsultacji poprzedzających wybór szkoły ponadgimnazjalnej. Poruszane w nim kwestie winny być dyskutowane naturalnie w atmosferze możliwie jak najbardziej swobodnej, a zarazem rzeczowej i racjonalnej. Możemy ją osiągnąć pod warunkiem, że na omówienie rozważanych zagadnień poświęcimy dostateczną ilość czasu oraz okażemy autentyczne zainteresowanie poglądami wyrażanymi przez wszystkich partnerów dyskusji. Temat podejmować należy wielokrotnie, w kolejnych latach nauki w gimnazjum, czyniąc to zarówno okazjonalnie, jak i cyklicznie, podczas specjalnych spotkań.

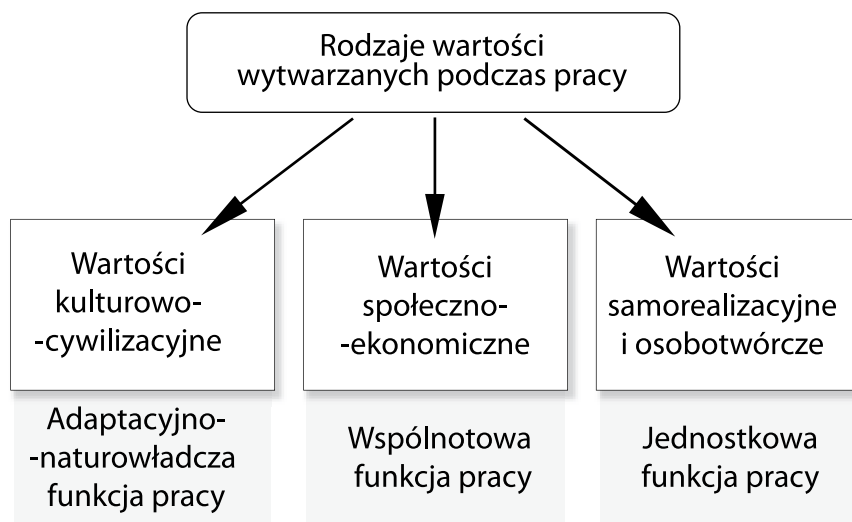
Maria Kliś,
Stanisław Nieciński

1. ZNACZENIE PRACY W ŻYCIU CZŁOWIEKA

Funkcje pracy oraz rodzaje wartości wytwarzanych w procesie pracy

Praca pełni trzy zasadnicze funkcje: (1) jednostkową, (2) społeczną oraz (3) kulturowo-cywilizacyjną. Umożliwiają one człowiekowi adaptację do zmieniających się warunków życia w sposób wyróżniający go w świecie istot żywych. W odróżnieniu od zwierząt, które dostosowują się do środowiska, człowiek jest bowiem zdolny przeobrażać je czynnie – kreować. Mówimy wówczas, że wytwarza on oraz intencyjnie pomnaża różnorodne, niezbędne mu dobra. Kreuje więc wartości: (a) kulturowo-cywilizacyjne, (b) społeczno-ekonomiczne oraz (c) samorealizacyjne i osobotwórcze (zob. wykres 1).

Wykres 1. Funkcje pracy oraz odpowiadające im, wytwarzane w ich efekcie zasadnicze grupy wartości



Źródło: opracowanie własne

Funkcja i wartości kulturowo-cywilizacyjne

W skali globalnej podstawowym efektem pracy człowieka jest stopniowe opanowywanie i w efekcie – panowanie – nad siłami przyrody – *naturowładztwo*. Podporządkowując występujące w naturze żywioły własnym celom, ludzie zmieniają rzeczywistość. Tworzą osobliwy świat kultury i cywilizacji, dostosowany do własnych potrzeb. Składają się nań służące zbiorowości społecznym i jednostkom budowle, urządzenia mechaniczne i elektroniczne, narzędzia, dzieła naukowe, rozwiązania organizacyjne i technologiczne.



Jednostki żyją w wybudowanych przez siebie samych lub innych ludzi domach, miastach, zespołach architektonicznych, wsiach lub przysiółkach. Korzystają ze wspólnie utworzonych przez członków zbiorowości społecznych centrów gospodarczych, finansowych, handlowych, produkcyjnych, kulturowych, informacyjnych, rozrywkowych, sportowych, itd. Nabywają ubrania, meble i samochody, spożywają żywność wyprodukowaną w społecznym procesie pracy. Posługują się licznymi i różnorodnymi wytworami własnej działalności zawodowej oraz pracy innych osób, czyniąc to codziennie, zarówno intencjonalnie, jak i mimowolnie, czyli nawet wtedy,

gdy tego świadomie nie zauważają.

Efektami pracy są różnicowane przedmioty codziennego użytku, produkty rzemieślnicze oraz przemysłowe, dzieła artystyczne i naukowe. Bez nich, a także bez języka oraz pozostałych systemów symboli, nasze współczesne życie byłoby właściwie niewyobrażalne. Pielęgnowujemy wspólne tradycje oraz przestrzegamy umów i norm regulujących porządek społeczny. Posiłkujemy się zbudowanymi przez innych ludzi urządzeniami technicznymi, wypoczywamy w tworzonych i pielęgnowanych ogrodach, słuchamy skomponowanej muzyki, czytamy książki, z których każda ma własnego autora, wydawcę, producentów i recenzentów.

Funkcja i wartości wspólnotowe

Rozwój kultury i cywilizacji następował stopniowo, przez setki i tysiące lat, wyrażając się ustawicznym modyfikowaniem, doskonaleniem oraz przekształcaniem warunków życia człowieka. Wspomniane zmiany, stopniowo się nawarstwiają i wzajemnie potęgując, sprzyjały relatywnie coraz pełniejszemu zaspokajaniu podstawowych potrzeb jednostek. Generowały również nowe potrzeby, tak indywidualne, jak i zbiorowe. Funkcjonalnie wiązały się one z kolejno dokonywanymi odkryciami i wynalazkami, były zatem potrzebami specyficznie ludzkimi.

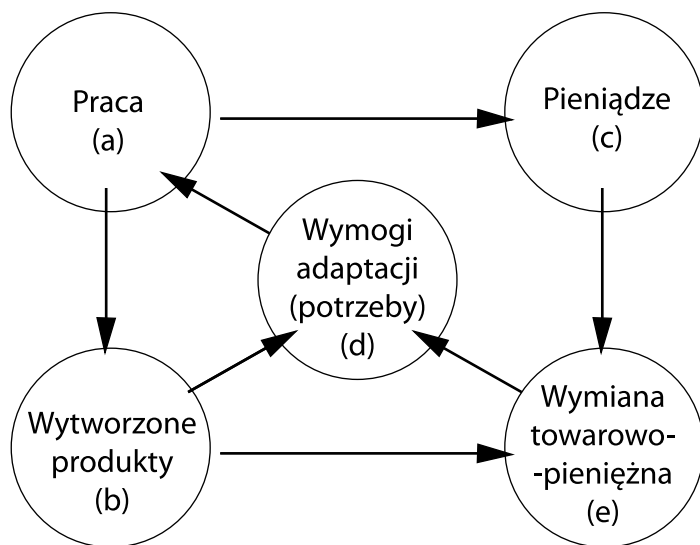
Zwiększał się społeczny popyt na produkty wytwarzane według wyrafinowanych technologii, przedmioty charakteryzujące się wysokimi walorami estetycznymi, artykuły luksusowe i cechujące się wysoką wartością użytkową. W efekcie wzrastało zapotrzebowanie na coraz doskonalsze metody i sposoby wytwarzania towarów oraz wydajniejsze formy organizacji pracy. Ich wdrażanie wzmagało z kolei występujące już wcześniej zjawiska różnicowania się społecznych funkcji osób wykonujących pracę. W konsekwencji powstawały nowe zawody, a wraz z nimi rozwijała się narastająca z czasem potrzeba specjalistycznego przygotowania osób zdolnych do wykonywania tych tworzących się profesji.

W ciągu wieków kształcenie zawodowe przyjmowało różne formy. Nie będziemy ich w tym miejscu przedstawiać. Warto jednak podkreślić, że stałym efektem ustawicznie podwyższanych, a w konsekwencji wzrastających zawodowych kompetencji pracowników, był uwidaczniający się w skali ogólnospołecznej wyraźny wzrost wydajności pracy. Powodował on naturalnie zwiększanie puli wytwarzanych produktów, co intensyfi-

kowało z kolei, występujące w obrębie i między zbiorowościami ludzkimi, procesy wymiany towarowej oraz *towarowo-pieniężnej*. Dysponenci wytwarzanych dóbr, rozporządzając ograniczonym zbiorem określonych rodzajów dostępnych im produktów, musieli przecież zaopatrywać się w inne, do których sami bezpośrednio nie mieli dostępu.

Z powyższego rozumowania wynika, że między pracą, wytwarzanymi w niej produktami, wymianą towarowo-pieniężną oraz poziomem zaspokojenia ludzkich potrzeb występują pewne względnie stałe zależności. Zobrazowano je na wykresie 2, zawierając w nim założenie, że praca (a) jest także sama w sobie ludzką potrzebą (d). Ale także i czymś więcej, dostarcza bowiem produktów spełniających również inne wymogi normalnego ludzkiego, indywidualnego i społecznego funkcjonowania. Stanowi podstawowe źródło przychodów pieniężnych jednostek (c), umożliwiając im dzięki temu efektywne współuczestnictwo w procesach społecznej wymiany towarowo-pieniężnej (e).

Wykres 2. Wzajemne zależności między pracą, wytwarzanymi produktami, wymianą towarowo-pieniężną oraz poziomem zaspokojenia ludzkich potrzeb



Źródło: opracowanie własne

W różnych społecznościach procesy generowane ludzką pracą i jej efektami przebiegały oczywiście w różnym tempie. Stąd obecnie występujący w nich poziom nasycenia ludzkich potrzeb, zarówno w skali indywidualnej, jak i społecznej, nie jest jednakowy. W pierwszej z wymienionych dwóch perspektyw, okazuje się uwarunkowany dodatkowo statusem przysługującym danej osobie w konkretnej zbiorowości ludzkiej. Owoce pracy poszczególnych podmiotów służą bowiem całej wspólnotie i w jej obrębie są dzielone między tworzących ją członków, proporcjonalnie do przypisanych im pozycji i społecznych ról, jakie w niej odgrywają.

Znaczna część wytwarzanych dóbr jest przy tym przeznaczana na zaspokojenie wspólnych potrzeb oraz realizację zbiorowych zadań danej społeczności. Służą temu fundusze gromadzone przez podatki, kierowane, w różnych proporcjach, na edukację, służbę zdrowia, sądownictwo, kulturę, bezpieczeństwo, ochronę porządku społecznego, itd. O wysokości nakładów przeznaczanych na tę lub inną dziedzinę, a zatem także w jakimś stopniu o zarobkach zatrudnionych w niej pracowników, decydują osoby i instytucje organizujące życie społeczne. Obok ich decyzji, na poziom indywidualnych wynagrodzeń wpływają ponadto zapotrzebowanie na daną pracę i gwarancje jej rzetelnego wykonywania, uwarunkowane zawodowymi kompetencjami i dostępem wykonujących ją podmiotów do niezbędnych im środków produkcji, w tym np. narzędzi.

Ogólnie można stwierdzić, że pracownicy, niezależnie od charakteru wykonywanej pracy, ze względu na jej ponadindywidualne znaczenie, niezmiennie współuczestniczą w procesach społecznej wymiany usług i towarów. Przebieg i organizacja tych procesów skutkują wytwarzaniem się między uczestniczącymi w nich podmiotami relatywnie trwałego systemu powiązań i zależności. Miejsce konkretnej jednostki w wytwarzającym się w ten sposób układzie społecznych relacji (zarówno zawodowych, jak i osobistych) zależy w znacznym stopniu od znaczenia wykonywanej przez nią pracy oraz od wartości dóbr wytwarzanych przez tę osobę dla innych podmiotów. Te same czynniki warunkują także przypisywany jej status społeczno-ekonomiczny, czyli zbiór obowiązków i przywilejów, określających sposób i zakres uczestnictwa danego człowieka w życiu i kulturze konkretnej zbiorowości ludzkiej.

Funkcja i wartości jednostkowe, samorealizacyjne i osobotwórcze

Praca stanowi jedną z podstawowych form ludzkiej działalności, podobnie jak zabawa czy nauka. U zwierząt występuje ona tylko wyjątkowo i jedynie w formie zalążkowej.



W naszej kulturze praca okazjonalnie pojawia się również u dzieci. Kształtuje się dopiero w okresie młodzieńczym, a dominuje u ludzi dorosłych. Pojawiając się, wyraźnie zarazem ogranicza – i w tym sensie wypiera – ilość czasu, jaką w okresie dziecięcym i młodzieńczym osoby te przeznaczają na zabawę i naukę.

Praca pogłębia ludzką orientację w świecie. Jej jakość i efektywność zależą od poziomu rozwoju intelektualnego, emocjonalnego, motywacyjnego i społeczno-moralnego podmiotu.

Psychologiczna charakterystyka pracy wskazuje, że stanowi ona świadomy, przemyślany, intencyjny rodzaj działalności danych osób. Składają się na nią jawne zachowania jednostek są przygotowywane wewnętrznie, tzn. poprzedzone refleksją i wartościowaniem zdarzeń oraz odpowiednio – oceną odnoszących się do nich czynności podmiotu i ich konsekwencji. Zastanawiając się nad kwestiami zawodowymi, jednostki wykorzystują całokształt aktualnie dostępnych im doświadczeń, tak własnych, jak i innych

ludzi. Angażują uwagę, wyobraźnię, pamięć, rozumowanie, przewidywanie, twórcze myślenie.

Stąd twierdzi się, że praca z reguły ma charakter racjonalny a także, że jej wykonywanie pogłębia w efekcie ludzką orientację w świecie. Wymaga ona od pracowników nie tylko odpowiedniego poziomu intelektualnego, lecz także relatywnie wysokiego stopnia rozwoju emocjonalnego, motywacyjnego i społeczno-moralnego. Zwrotnie stanowi także ważki impuls sprzyjający dojrzewaniu wspomnianych procesów. Rozwija m.in. zdolności panowania nad dezorganizującymi pracę, chwilowymi negatywnymi impulsami emocjonalnymi, planowania oraz urzeczywistniania planów mimo przeszkód, odraczania realizacji pragnień w czasie, sterowania samym sobą.

Podstawową zdolnością pracowniczą jest – jak stwierdzono wyżej – umiejętność rozwijania czynności refleksyjnych. To właśnie ona umożliwia pracownikowi efektywne dążenie do założonego celu, zgodnie z wcześniej opracowaną strategią postępowania. Warto jednak podkreślić, że efekty pracy, nawet najlepiej pomyślanej i zaplanowanej, bardzo często zależą nie od jednej, ale od wielu osób. Wiadomo przecież, że jednostki z reguły nie pracują same, zazwyczaj czynią to w mniejszych lub większych zespołach.

Fakt ten oznacza m.in., że pracownicy muszą dysponować odpowiednimi kompetencjami społecznymi, w tym komunikacyjnymi. Wśród nich wskazać należy tzw. zdolność empatii, czyli spojrzenia na świat z punktu widzenia partnerów interakcji oraz zrozumienia ich osobistych przeżyć. Oczekuje się od nich również lojalności, życzliwości oraz gotowości do udzielania pomocy współpracownikom w sytuacjach, w których istotnie tego potrzebują. Wymaga się gotowości do podejmowania własnych działań w kontekście aktywności innych osób, a także umiejętności koordynowania, negocjowania i uzgadniania planów pracy oraz integrowania podejmowanych czynności, a przy tym zachowywania się *fair play* i niekiedy kierowania zespołem.

Podsumowując stwierdzić można, że praca stanowi dla człowieka osobiste wyzwanie, a zarazem indywidualne i społeczne powołanie. Opiera się na jego własnych zainteresowaniach i zdolnościach, wydobywa je, a zarazem umożliwia prawidłowy rozwój osobowości. Wymaga od niego wysokich kompetencji, wysiłku, napięcia woli, systematyczności, racjonalności, zdol-

ności podporządkowywania własnych zachowań realizowanym celom oraz przyjęcia osobistej odpowiedzialności za przebieg i konsekwencje własnego postępowania. Sprzyja wówczas dojrzewaniu i rozwojowi samodzielności człowieka, umożliwia samorealizację oraz dostarcza satysfakcji płynącej z faktu pomnażania wartości obiektywnych.

Problem bezrobocia. Praca niechciana i skierowana przeciwko porządkowi społecznemu

Brak pracy ogranicza uczestnictwo człowieka w społecznych procesach realizowania wspólnych zadań oraz współtworzenia wartości. Zmniejsza zarazem jego dostęp do zasobów, jakim dysponuje społeczeństwo, w tym do dóbr ekonomicznych, społeczno-kulturowych, mentalnych i w pewnym stopniu także duchowych. Podmiot zostawiony sam sobie, postawiony zostaje zarazem w osobiwej sytuacji nadmiaru czasu pustego, z którym sam właściwie nie wie, co ma począć. W wolno mijających godzinach, dniach, miesiącach czy nawet latach, właściwie nie zdarza się nic istotnego, oczywiście poza rozrywką i ewentualnie nauką.

W konsekwencji jednostka uskarża się na brak pieniędzy, codzienną monotonię życia, brak perspektyw osobistego rozwoju. Pozostawanie bez pracy przez dłuższy okres naraża człowieka na liczne frustracje przyczyniające się do chronicznego stresu, który w efekcie zmienia ich początkowo optymistyczne nastawienie w stan charakteryzujący się przewagą emocji negatywnych. Gdy stopniowo traci on nadzieję na uzyskanie pracy, uczy się w jakimś stopniu akceptować fakt własnego bezrobocia. Przynosi to mu jednak zaledwie częściową ulgę. Aprobata dla trwałego pozostawania bezrobotnym zarazem jest bowiem wyrażeniem ukrytej zgody na egzystowanie na marginesie życia społecznego.

Stąd też aktywność bezrobotnych z reguły koncentruje się na eliminowaniu własnych emocjonalnie negatywnych przeżyć, często występujących u ludzi pozostających w takiej sytuacji. Usiłując bronić się przed depresją, człowiek niekiedy szuka zapomnienia w alkoholu, sięga po narkotyki lub przejawia zachowania chuligańskie. Oczywiście aktywność tego rodzaju nie eliminuje źródeł dręczącego niepokoj, przeciwnie – wzmacnia negatywne napięcie emocjonalne. Tym samym obniża już i tak relatywnie niską samoocenę i wiarę w samego siebie,

a w konsekwencji obniża poziom aspiracji i pozytywnych motywacji niezbędnych człowiekowi w procesie poszukiwania zatrudnienia.

Bezrobotny, doprowadzony do stanu zwątpienia w samego siebie, nierzadko jest skłonny przyjąć pracę, która w żadnym stopniu nie odpowiada jego zdolnościom i osobistym zainteresowaniom. Powierzone mu zadania będzie realizował w takim przypadku wyłącznie z konieczności ekonomicznych. Praca osób podejmujących pracę jedynie po to, aby zarobić na utrzymanie, z reguły nie jest jednak ani wydajna, ani też nie przynosi osobistej satysfakcji. Ponadto fakt, że pracownicy nie mają możliwości zatrudnienia może przyczyniać się także do ich nadmiernej eksploatacji oraz nieodpowiedniego traktowania przez pracodawców. Ich zarobki również są niskie. Niekiedy nie pozwalają nawet na godną egzystencję, nierzadko bywa też, że pracownicy są wykorzystywani ponad miarę, pracują w poniżających warunkach, są bezwzględnie wykorzystywani przez pracodawców.

Wykonywanie pracy, która pracownika nie interesuje, niskopłatnej, w warunkach nieprzestrzegania wymogów bezpieczeństwa i zagrażających zdrowiu, oczywiście nie owocuje rozwojem jego osobowości. Przeciwnie – może go społecznie, moralnie i osobowościowo degradować, a w konsekwencji jeszcze bardziej osłabić początkowo pozytywną motywację do rozwijania działalności zawodowej. Niekiedy doprowadza do rezygnacji z pracy wykonywanej legalnie na rzecz zajęcia się działalnością prowadzoną „na czarno”. Gdy i ta zasadniczo nie zmienia trudnej sytuacji życiowej człowieka wykonującego pracę wyłącznie z konieczności ekonomicznej, jednostka, która utraciła oparcie w rodzinie, może stać się osobą bezdomną.

Bywa także, że brak zainteresowania pracą i nadmierna koncentracja na jej walorach ekonomicznych popycha jednostkę do rozwijania działalności, która nie liczy się z dobrem innych. Skłania do aktywności zawodowej skierowanej przeciwko innym osobom, cenionym przez nie wartościom lub dobru całego społeczeństwa. Przykładów tego rodzaju dostarczają różne formy działalności przestępczej, których wspólnym, podstawowym wyróżnikiem jest nieskrępowane powszechnie obowiązującymi normami społecznymi dążenie do szybkiego wzbogacenia się, z reguły kosztem innych osób. Działalność tego rodzaju prowadzą m.in. producenci i dilerzy narkotyków, organizatorzy handlu kobietami i dziećmi, reprezentanci profesji złodziejskich i rozbójniczych, hakerzy czy oszuści w „białych kołnierzykach”.



Reprezentanci „zawodów” przestępczych nie doceniają osobotwórczych, społecznych i kulturotwórczych aspektów wykonywanej pracy. W rezultacie bezpodstawnie upraszczają jej rzeczywisty sens, pomijając związane z nią istotne aspekty moralno-wychowawcze i cywilizacyjne. Praca, która ma przynosić satysfakcję, owocować realizacją osobistych marzeń i pasji oraz umożliwiać samorealizację, spełnia związane z nią oczekiwania tylko wówczas, gdy sprzyja kreatywnemu oddziaływaniu na rzeczywistość i w efekcie – pomnażaniu wartości. Gdy je burzy, rodzi ból, krzywdzi, przekreśla możliwość osobistego rozwoju wykonujących ją jednostek, degradowuje je i w efekcie – niszczy.

Praca a inne formy aktywności

Ty i Twoi koledzy, dzisiejsi uczniowie gimnazjum, za jakieś piętnaście, dwadzieścia lat przypuszczalnie będziecie już wykwalifikowanymi, doświadczonymi, odpowiedzialnymi pracownikami. Poza czasem poświęcanym obowiązkom zawodowym, wykonywanym przez pięć dni w tygodniu, będziecie także potrzebowali wówczas około ośmiu godzin dziennie na sen. Na wszystkie inne wykonywane przez Was zajęcia, włączając w to kontakty rodzinne, czynności niezbędne do zachowania higieny, spożywanie posiłków itd., pozostanie Wam również około ośmiu godzin. Czas ten wypełnicie innymi formami aktywności – będziecie uprawiać sporty, zajmować się

turystyką, organizować spotkania towarzyskie, czytać i rozważać interesujące Was problemy, pogłębiać i rozszerzać własne wykształcenie, bawić się i wypoczywać (zob. wykres 3).

Wykres 3.

Bilans czasu czynności wykonywanych przez człowieka w okresie doby



Źródło: opracowanie własne

Uwidoczniony tutaj bilans czasu uzmysławia ważną prawdę: to głównie praca wypełnia treścią życie dorosłego człowieka. To właśnie dlatego wybór zawodu jest rozstrzygnięciem tak ważnym, a zarazem trudnym i brzemionym w długofalowe skutki. Decyduje, czy i w jakim zakresie wykonywana praca sprzyja samorealizacji, kreatywnemu oddziaływaniu na rzeczywistość oraz pomnażaniu wartości, czy przeciwnie: przekreśla tego rodzaju możliwości, obniża szanse urzeczywistniania marzeń i pasji, hamuje osobisty rozwój, zniewala.

2. PRZYGOTOWANIE DO PRACY. KSZTAŁCENIE OGÓLNE I ZAWODOWE

Nauka w szkole ponadgimnazjalnej a późniejsza praca zawodowa

Zainteresowania zawodowe zazwyczaj rozwijają się powoli. W kolejnych latach i fazach życia ulegają przy tym dość radykalnym zmianom. Znaczna liczba dzieci w wieku przedszkolnym chce być strażakami, kierowcami, policjantami, lekarzami. W szkole podstawowej jednakże zaciekawienia wymienionymi zawodami słabną i zazwyczaj przemijają.

Kończący gimnazja również nie zawsze wiedzą, co chcą robić, gdy dorosną, a tym samym nie orientują się, do jakiej szkoły uczęszczać oraz czym pragną zajmować się po jej ukończeniu. Fakty te nie powinny jednak zbyt niepokoić. Przygotowanie do zawodu z reguły jest bowiem procesem wielostopniowym, poza tym nierzadko życie zmusza do zmiany już wyuczonej profesji.

Warto podkreślić, że kończąc gimnazjum, jeszcze nie musisz wybierać zawodu, a jedynie masz rozstrzygnąć o kierunku i poziomie podejmowanego kształcenia w przyszłej szkole ponadgimnazjalnej. Powinieneś zdecydować, czy chcesz być przyjęty (a) do szkoły zawodowej, (b) technikum, (c) liceum zawodowego lub (d) ogólnokształcącego. Zwróć uwagę, że pierwsze trzy rodzaje szkół (a, b, c) orientują proces kształcenia w taki sposób, aby przygotować młodzież, ewentualnie również Ciebie, do wykonywania ściśle określonych zawodów. Czwarty (d) nie daje zawodowego przygotowania, przekazuje ogólną wiedzę, doskonali sprawności intelektualne, kształtuje umiejętności niezbędne jednostkom w procesie samodzielnego uczenia się, przygotowuje do podjęcia studiów wyższych.

Nauka w zasadniczej szkole zawodowej

Zasadnicza szkoła zawodowa realizuje program nauczania w zakresie kształcenia ogólnego oraz profesjonalnej edukacji na poziomie czeladniczym. Umożliwia uzyskanie dyplomu poświadczającego kwalifikacje zawodowe w ściśle określonym, wybranym przez ucznia obszarze, zgodnym z profilem danej placówki. Kwalifikacje tego rodzaju są niezbędne m.in. rzemieślnikom i robotnikom przemysłowym, operatorom maszyn i urządzeń, rolnikom, ogrodnikom, leśnikom, rybakom oraz niektórym pracownikom wykonującym usługi osobiste, np. fryzjerom czy konduktorom (zob. ramka 1).

Ramka 1. Niektóre grupy zawodów: (a) robotników przemysłowych i rzemieślników, (b) operatorów maszyn i urządzeń, (c) rolników, ogrodników leśników i rybaków oraz (d) pracowników usług osobistych i sprzedawców, objęte kształceniem w systemie szkolnym

Zawody robotników przemysłowych i rzemieślników: górnik eksploatacji podziemnej, górnik eksploatacji złóż, kamieniarz, murarz, zdun, betoniarz zbrojarz, cieśla, monter nawierzchni kolejowej, monter budownictwa wodnego, monter konstrukcji betonowych, renowator zabytków architektury, dekarz, posadzkarz, monter izolacji budowlanych, monter instalacji i urządzeń sanitarnych, monter instalacji gazowych, monter sieci komunalnych, monter systemów rurociągowych, technolog robót wykończeniowych w budownictwie, malarz-tapeciarz, lakiernik, kominiarz, modelarz odlewniczy, blacharz, blacharz samochodowy, monter kadłubów okrętowych, kowal, ślusarz, ustawiacz-operator obrabiarek skrawających do metali, mechanik pojazdów samochodowych, mechanik monter maszyn i urządzeń, mechanik operator pojazdów i maszyn rolniczych, monter instalator urządzeń technicznych w budownictwie wiejskim, elektryk, elektromechanik, elektromechanik pojazdów samochodowych, monter elektronik, monter sieci i urządzeń telekomunikacyjnych, monter mechatronik, mechanik precyzyjny, mechanik automatyki przemysłowej i urządzeń precyzyjnych, optyk mechaniczny, zegarmistrz, monter instrumentów muzycznych, złotnik jubiler, introligator, rzeźnik wędliniarz, piekarz, stolarz, koszykarz-plecionkarz, rękodzielnik wyrobów włókienniczych, krawiec, kuśnierz, tapicer, garbarz skór, kaletnik, obuwnik

Zawody operatorów maszyn i urządzeń: górnik eksploatacji otworowej, operator maszyn i urządzeń metalurgicznych, operator maszyn i urządzeń do obróbki plastycznej, operator maszyn i urządzeń odlewniczych, operator urządzeń przemysłu szklarskiego, operator urządzeń przemysłu ceramicznego, operator urządzeń przemysłu chemicznego, drukarz, operator maszyn w przemyśle włókienniczym, operator maszyn i urządzeń przemysłu spożywczego, operator maszyn leśnych, mechanik maszyn i urządzeń drogowych

Zawody rolników, ogrodników leśników i rybaków: pszczelarz, ogrodnik, rybak śródlądowy

Zawody pracowników usług osobistych: kucharz, kucharz małej gastronomii, kelner, opiekunka dziecięca, fryzjer

Źródło: opracowanie własne

Warunkiem otrzymania dyplomu kwalifikowanego pracownika na poziomie czeladniczym jest przystąpienie do egzaminu przed Okręgową Komisją Egzaminacyjną. W przypadku rezygnacji z tej możliwości lub otrzymania na tym egzaminie oceny niedostatecznej, absolwent szkoły zawodowej uzyskuje jedynie świadectwo jej ukończenia.

Nauka w szkołach średnich uzupełniających

Ukończenie szkoły zawodowej upoważnia do kontynuowania nauki w dwuletnim, uzupełniającym liceum ogólnokształcącym lub w trzyletnim technikum uzupełniającym. Umożliwiają one absolwentom szkół zawodowych dopełnienie wykształcenia ogólnego do poziomu średniego i w efekcie uzyskanie świadectwa dojrzałości. Stanowi ono – jak wiadomo – podstawowy, niezbędny warunek ubiegania się o przyjęcie do szkół wyższych. W przypadku rezygnacji z możliwości zdawania egzaminu maturalnego lub uzyskania na nim ocen niezadowolających, absolwenci liceów oraz techników uzupełniających uzyskują świadectwa ich ukończenia. Upoważniają one do kontynuowania nauki w szkołach policealnych, ale nie do podjęcia studiów wyższych.

Nauka w liceach ogólnokształcących

Licea ogólnokształcące realizują zadanie ogólnego kształcenia młodzieży. Wypełniają programy i plany nauczania, obejmujące siedemnaście odrębnych przedmiotów wykładowych (zob. ramka 2). W ramach każdego z nich wymogi stawiane uczniom odpowiadają – jak stwierdzono w poprzednim podrozdziale – standardom edukacyjnym kształcenia na poziomie średnim. W odrębnych liceach problematyka wykładana w ramach poszczególnych przedmiotów może zostać poszerzona i pogłębiona o zagadnienia odpowiadające profilowi danej placówki.

Ramka 2.

Lista przedmiotów wykładanych w liceach ogólnokształcących

(1) religia lub etyka (do wyboru na wniosek rodziców lub prawnych opiekunów, a w przypadku uczniów pełnoletnich zależnie od ich własnego rozstrzygnięcia), (2) biologia, (3) chemia, (4) fizyka i astronomia, (5) geografia, (6) historia, (7, 8) dwa języki obce nowożytne, (9) język polski, (10) matematyka, (11) łacina i kultura antyczna, (12) podstawy przedsiębiorczości, (13) przysposobienie obronne, (14) technologia informacyjna, (15) wiedza o kulturze, (16) wiedza o społeczeństwie, (17) wychowanie fizyczne

Źródło: opracowanie własne

Licea ogólnokształcące, lub też niektóre prowadzone w ich ramach klasy, różnią się zatem – jak wynika z powyższego wywodu – profilami kształcenia. Tym samym umożliwiają młodzieży przejawiającej zainteresowania i zdolności kierunkowe pogłębione opanowanie odpowiadających im, wybranych dziedzin wiedzy, np. dyscyplin humanistycznych czy przyrodniczych, bądź matematycznych lub fizycznych. Część szkół ogólnokształcących organizuje ponadto tzw. klasy dwujęzyczne. Niektóre przedmioty są prowadzone w ich ramach w wybranym języku obcym, co z kolei umożliwia młodzieży kończącej te klasy przystępowanie do matur dwujęzycznych.

Nauka w liceach profilowanych i technikach

Nauka w liceach ogólnokształcących, zarówno profilowanych, jak i nieprofilowanych, trwa trzy lata, a w technikach cztery. Dwa ostatnie spośród wymienionych typów szkół łączą realizację zadań edukacyjnych o charakterze ogólnym i zawodowym. W pierwszym, ogólnym – standardy edukacyjne odpowiadają wymogom kształcenia na poziomie średnim. Zakres przygotowania zawodowego koresponduje z kolei z profilem danej placówki lub występujących w niej, profilowanych klas szkolnych.

Wykaz istniejących profili kształcenia zawodowego realizowanego w liceach profilowanych oraz spis zawodów, do których przygotowują stosowne technika, przedstawiono w ramce 3. Potwierdzenie kwalifikacji zawodowych wymaga jednak dodatkowo zdania egzaminu zawodowego, a uzyskanie świadectwa dojrzałości – egzaminu maturalnego.

Ramka 3. Wykaz profili liceów profilowanych

(1) chemiczne badanie środowiska, (2) ekonomiczno-administracyjny, (3) elektroniczny, (4) elektrotechniczny, (5) kreowanie ubiorów, (6) kształtowanie środowiska, (7) leśnictwo i technologia drewna, (8) mechaniczne techniki wytwarzania, (9) mechatroniczny, (10) rolniczo-spożywczy, (11) socjalny, (12) transportowo-spedycyjny, (13) usługowo-gospodarczy, (14) zarządzanie informacją

Wykaz zawodów uzyskiwanych po ukończeniu technikum: asystent operatora dźwięku, asystent osoby niepełnosprawnej, asystentka stomatologiczna, dietetyk, fotochemik, higienistka stomatologiczna, kelner, kucharz, opiekun domu pomocy społecznej, opiekunka dziecięca, opiekunka środowiskowa, ortoptystka, akuszerka, protetyk słuchu, ratownik medyczny, technicy – administracji, agrobiznesu, analityk, architektury krajobrazu, archiwista, dentystryczny, automatyk sterowania ruchem kolejowym, awionik, bezpieczeństwa i higieny pracy, budownictwa, budownictwa okrętowego, budownictwa wodnego, chemik, cyfrowych procesów graficznych, drogownictwa, dróg i mostów kolejowych, ekonomista, eksploatacji portów i terminali, elektroenergetyk transportu szynowego, elektronik, elektroniki medycznej, radiolog, elektryk, farmaceutyczny, fotograf, geodeta, geolog, górnictwa odkrywkowego, górnictwa otworowego, górnictwa podziemnego, handlowiec, hodowca koni, hotelarstwa, informacji naukowej, informatyk, instrumentów muzycznych, inżynierii środowiska i melioracji, księgarstwa, leśnik, logistyk, masażysta, mechanik, mechanik lotniczy, mechanik okrętowy, mechanizacji rolnictwa, mechatronik, nawigator morski, obsługi turystycznej, obuwnik, ochrony fizycznej osób i mienia, ochrony środowiska, ogrodnik, optyk, organizacji reklamy, organizacji usług gastronomicznych, ortopeda, pojazdów samochodowych, poligraf, pożarnictwa, prac biurowych, rachunkowości, rolnik, rybołówstwa śródlądowego, spedytor, technologii ceramicznej, technologii chemicznej, technologii drewna, technologii odzieży, technologii szkła, technologii żywności, teleinformatyk, telekomunikacji, transportu kolejowego, urządzeń audiowizualnych, urządzeń i systemów energetyki odnawialnej, urządzeń sanitarnych, usług fryzjerskich, usług kosmetycznych, usług pocztowych i telekomunikacyjnych, weterynarii, wiertnik, włókienniczych wyrobów dekoracyjnych, technologii wyrobów skórzanych, żeglugi śródlądowej, żywienia i gospodarstwa domowego, papiernictwa, pojazdów samochodowych, mechanik pojazdów samochodowych, terapeuta zajęciowy

Źródło: opracowanie własne

Studia wyższe

Każde świadectwo maturalne, niezależnie od tego, czy uzyskane zostało po ukończeniu liceum ogólnokształcącego, technikum czy innej szkoły, umożliwia ubieganie się o przyjęcie na studia. Studia te przygotowują kadry pracowników, od których wymaga się wyższego wykształcenia w zakresie różnych specjalności, w tym: fizyków, chemików, matematyków, statystyków, informatyków, inżynierów, lekarzy, farmaceutów, nauczycieli, ekonomistów, prawników, archiwistów, bibliotekarzy itd. Wykształcenia na poziomie wyższym z reguły oczekuje się także od osób pełniących funkcje kierownicze w średnich i dużych przedsiębiorstwach. Oczywiście jest ono niezbędne w przypadku naukowców, a pożądane u reprezentantów tzw. elity, w tym jednostek sprawujących władzę, od których wymaga się także ogólnej orientacji w życiu społeczeństwa globalnego lub jego zasadniczych sektorów.

3. RODZAJ SZKOŁY PONADGIMNAZJALNEJ A INDYWIDUALNE CECHY UCZNIÓW

Znaczenie osobistych wyborów w życiu człowieka

Obserwację, że codziennie przeprowadzasz setki czy nawet tysiące świadomych wyborów, możesz potraktować m.in. jako świadectwo i zarazem podstawowy warunek Twojej osobistej wolności. Każdy z nich polega bowiem na wskazaniu wśród wielu możliwych opcji jednej wyróżnionej osobiście, a zarazem odrzuceniu pozostałych. Gdy podejmowana decyzja dotyczy celów działania, środków, metod lub innych składowych strategii wybranych przez Ciebie czynności, wówczas je ukierunkowuje i współokreśla. Gdy jest realizowana, oczywiście oddziałuje na otoczenie, ale nie tylko – zwrotnie wywiera także wpływ na Ciebie – działający podmiot, w tym i na Twoją psychikę.

Wybór ukierunkowuje aktywność własną podmiotu

Oznacza to m.in., że przez osobiste decyzje codziennie współokreślasz własną drogę życiową. Zmierając nią, w mniejszym lub większym stopniu opowiadasz się po stronie dobra lub zła, prawdy lub kłamstwa, sprawiedliwości lub niesprawiedliwości. Decydujesz np., czy dany Ci czas przezna-

czysz na naukę, zabawę albo pracę, lub czy skoncentrujesz się na realizacji osobistych dążeń, czy może udzielisz pomocy osobom potrzebującym Twojego wsparcia. Słowem, podejmując i realizując decyzję, jesteś w stanie w jakimś stopniu kierować swoim życiem, a przez psychiczne ślady i skutki wybranych działań, zarazem zmieniasz i kształtujesz samego siebie.

Aktywność własna a inne czynniki rozwoju psychicznego

Podejmowane decyzje oraz ich realizacja są wyrazem aktywności własnej, charakteryzującej każdą jednostkę, także i Ciebie. Stanowi ona jeden z zasadniczych wewnętrznych czynników Twojego rozwoju psychicznego, przejawiając się przez różnorodne formy działania i oddziaływania na otoczenie, samowychowania i samorealizacji. Oczywiście zmiany rozwojowe oraz warunkowane nimi sukcesy i porażki życiowe zależą nie tylko od interesującej nas tutaj aktywności własnej podmiotów (1). Kształtują je i współokreślają także inne dwie, równie ważne, grupy czynników: (2) uwarunkowania genetyczne oraz (3) środowiskowe.

Czynniki genetyczne mają charakter wrodzony, biologiczny, czyli inaczej mówiąc, są dziedziczone po przodkach. Zależą od nich przede wszystkim cechy fizyczne oraz ogół reakcji fizjologicznych ludzi, a w mniejszym stopniu również ich czynności psychofizjologiczne i psychiczne. Tych ostatnich nie wyznaczają one bowiem nieuchronnie, a więc – wyrażając to samo językiem naukowym, nie determinują. Zbiór reakcji dziedziczonych po przodkach jest bowiem niezmiernie różnorodny i bogaty, tak obfity, że spośród nich rozwijają się oraz umacniają jedynie niektóre – te, które zostają zaktualizowane w wyniku aktywności własnej oraz oddziałujących na nie stymulacji środowiskowych.

Znaczna część reakcji, do których jednostka jest genetycznie predysponowana, nie rozwija się, pozostaje jakiś czas w formie załączkowej, po czym zanika. Więdnie i ustępuje miejsca reakcjom i kompetencjom rzeczywiście potrzebnym, systematycznie wykorzystywanym oraz doskonalonym przez daną jednostkę. Prawidłowość ta odnosi się także do Ciebie: oznacza to m.in., że wprawiając się w umiejętnościach, na których osobiście Ci zależy, w pewnym zakresie możesz je rozwijać i doskonalić.

Wynika z tego również, że wybrać powinienś taką szkołę ponadgimnazjalną, w której program kształcenia oraz warunki, w jakich on jest realizowany, sprzycać będą rozpoznaniu, umocnieniu i rozwojowi potencjalnie

tkwiących w Tobie talentów i zdolności. Wybór należy do Ciebie; będzie on rzutował na Twoją przyszłość, masz go zatem dokonać z najwyższą, a przynajmniej z dostatecznie dużą starannością. Aby to było możliwe, powinieneś przede wszystkim poznać samego siebie, a także ustalić związki między charakteryzującymi Cię cechami osobowości, a efektami dalszego kształcenia się oraz rodzajem Twojej przyszłej pracy zawodowej.

Oczywiście powinieneś przy tym zwrócić uwagę, że szkoła stanowi tylko jedno z kilku środowisk, które wywierają istotny wpływ na formowanie się przymiotów Twojego charakteru i cech umysłowości. Równie istotne znaczenie dla ich rozwoju ma oddziaływanie członków Twojej rodziny, środowiska koleżeńskiego oraz wpływ środków masowego przekazu, w tym Internetu. Zwróć uwagę, że wspomniane środowiska w jakimś stopniu współkształtujesz w procesach społecznej interakcji z rodzicami, rodzeństwem, dziadkami, kolegami oraz innymi osobami. Z kolei treści przekazywane za pośrednictwem mediów selekcjonujesz, dobierając mniej lub bardziej odpowiadające Ci komunikaty, a odrzucasz te, które Cię nie interesują lub którymi nie chcesz się zajmować.

Możesz więc selekcjonować książki do czytania i studiowania, wybierać artykuły zamieszczane w prasie codziennej lub czasopismach, dobierać odpowiadające Ci filmy, utwory muzyczne, obrazy telewizyjne czy dane czerpane z Internetu. Rozstrzygasz w ten sposób o tym, co robisz w danej chwili oraz czym będziesz się zajmował w najbliższym czasie. Wprowadzając wspomniane decyzje w życie zarazem wpływasz na otoczenie oraz formujesz samego siebie. Tym samym kształtujesz swój osobisty los.

Wspomniana ewentualność pojawia się, co warto jeszcze raz podkreślić, dzięki możliwości podejmowania i realizowania decyzji. Poprzez konsekwencje związanych z nimi działań, możesz pomnażać cenione przez siebie wartości. Możesz jednak wykonywać czynności bezsensowne lub nawet społecznie szkodliwe. Wybory pozytywne, odpowiadające pierwszej wspomnianej opcji umożliwiają Ci samorealizację, napełniają Twoje życie głębokim osobistym i społecznym sensem, drugie, odwrotnie – dezorganizują życie innych ludzi i hamują Twój rozwój osobisty, a w efekcie degradują.

Pozytywne lub negatywne następstwa spowoduje oczywiście również decyzja rozważana w niniejszym poradniku, rozstrzygająca o kierunku i poziomie Twojego dalszego kształcenia się w szkole ponadgimnazjalnej. Aby okazała się osobiście satysfakcjonująca i rzeczywiście owocna, powinna być przede wszystkim racjonalna. Będzie taka, gdy oprzesz ją na logicznym rozumowaniu oraz wyczerpującej wiedzy niezbędnej do podjęcia

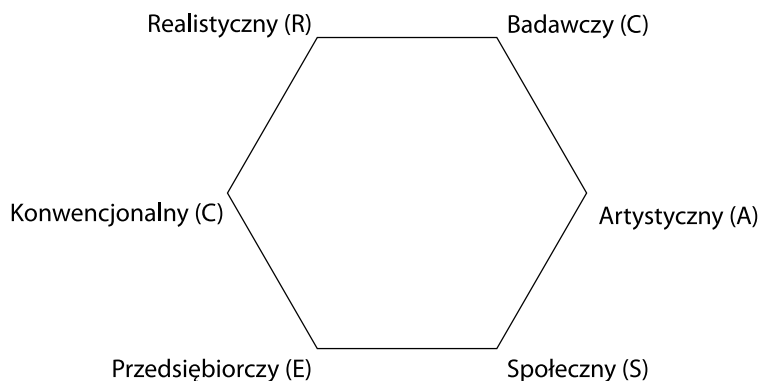
decyzji. Może brakować Ci do tego: (1) odpowiednio usystematyzowanej informacji o samym sobie, (2) wiedzy o sytuacjach życiowych i zawodowych, w jakich znajdują się absolwenci szkół ponadgimnazjalnych, próbujący ułożyć swoje dalsze losy oraz (3) danych charakteryzujących związki między pracą zawodową a cechami osobowości wykonujących ją osób. Zagadnienia te przedstawimy poniżej.

4. PRACA A OSOBOWOŚĆ JEDNOSTEK

4.1. Typologia osobowości zawodowych według Hollanda

Relacje między środowiskiem pracy a osobowością badał m.in. John L. Holland, amerykański uczonec, wybitny doradca zawodowy, psycholog, nauczyciel akademicki Uniwersytetu Minnesota. Zwrócił on uwagę, że warunki, w jakich pracują reprezentanci różnych profesji wywierają wpływ na cechy charakteryzujące ich psychikę. Uwzględniając fakt harmonijnego dopełniania się właściwości środowisk pracy oraz cech umysłowości i charakteru wykonujących ją pracowników, autor ten wyróżnił sześć typów osobowości zawodowych. Tworzą je: (1) typ realistyczny (R), (2) typ badawczy (C), (3) typ artystyczny (A), (4) typ społeczny (S), (5) typ przedsiębiorczy (E) oraz (6) typ konwencjonalny (C) (zob. rycina 1).

Rycina 1. Typy osobowości zawodowych ujęciu Johna L. Hollanda



Źródło: A. Paszkowska-Rogacz, *Osobowość zawodowa. Teoria Johna Hollanda*, www.projekty-rozwojowe.wsap.edu.pl/projekty-rozwojowe/pliki/koncepcjahollanda.pdf (dostęp 16.08.2010).

Realistyczny typ osobowości zawodowej

Człowiek prezentujący realistyczny typ osobowości zachowuje się w pracy w sposób konkretny, rzeczowy, praktyczny. Kieruje się zdrowym rozsądkiem, ceni wartości przydatne w życiu codziennym, w tym korzyści materialne, status społeczny, odwagę, siłę charakteru, władzę. Charakteryzuje go bezpośredni i szczery sposób zachowania się, wytrwałość i konsekwencja w realizacji podejmowanych zadań. Polega na samym sobie, jest gospodarny, raczej mało towarzyski, niewiele obchodzą go sprawy ogólnospołeczne. Nie lubi wgłębiania się w teorie i prowadzenia spekulacji umysłowych.

Wyróżnia się wśród innych ludzi zdolnościami oraz umiejętnościami praktycznymi. Lubi manipulować urządzeniami, posługiwać się narzędziami i przedmiotami, ale także opiekować się zwierzętami i zmagać z naturą (w tym wykonywać prace wymagające dużego wysiłku i osobistej sprawności) pod warunkiem jednak, że wykonuje czynności, które już wcześniej w dostatecznym stopniu opanował. Interesuje się wydobywaniem i przetwarzaniem surowców, oraz pracami wykonywanymi przez rzemieślników, robotników, rolników, hodowców i ogrodników, leśników. Odpowiadają mu zawody tokarza, elektryka, mechanika, stolarza czy kierowcy oraz profesje rolnicze, zootechniczne, leśnicze, pożarnicze, chroniące ludzkie mienie itp.

Badawczy typ osobowości zawodowej

Ludzie reprezentujący typ badawczy cenią przede wszystkim wartości poznawcze. Charakteryzuje ich umysłowa niezależność, a zarazem zdolność precyzyjnego opisywania oraz chłodnego i racjonalnego analizowania oraz wyjaśniania rzeczywistości. Potrafią wcześniej niż inni dostrzec rzeczywiste problemy występujące w świecie, trafniej je sformułować w formie pytań, bardziej dociekliwie niż inni analizować i rozważać oraz twórczo rozwiązywać. Wnikliwie studiują osiągnięcia nauki, a zarazem odnoszą się do nich krytycznie, ufając wyłącznie twierdzeniom w pełni racjonalnym, opartym na danych poznawczo-objektywnych.

Są skłoni wykonywać prace wymagające dużej dozy samodzielności, autorefleksji i autokrytycyzmu. Przy czym pociąga ich prowadzenie obserwacji naukowych, rozważań metodologicznych i teoretycznych, w tym abstrakcyjnych analiz matematycznych i technicznych. Mają świadomość, że są osobami zdolnymi, inteligentnymi, umiejącymi pracować systematycznie i metodycznie, natomiast w zasadzie nie interesują się walką o przywódz-

two, sprawowaniem władzy czy obejmowaniem stanowisk kierowniczych. Najbardziej odpowiadają im zawody wymagające ustawicznego samokształcenia oraz prowadzenia pogłębionych, racjonalnych osobistych dociekań, takie jak np.: pracownicy naukowo-badawczy, analitycy, biologowie, biochemicy, chemicy, fizycy, programiści, astronomowie, socjologowie, statystycy, geografowie, farmaceuci, meteorologowie, filozofowie, matematycy, politologowie.

Artystyczny typ osobowości zawodowej

Jednostki prezentujące artystyczny typ osobowości zawodowej wyróżniają się skłonnością do obcowania ze sztuką oraz dążeniem do pomnażania i tworzenia piękna. Cenią zdarzenia, zjawiska oraz przedmioty charakteryzujące się wysokimi walorami estetycznymi i artystycznymi. Lubią nie tylko otaczać się dziełami oryginalnymi i samodzielnie je tworzyć, w tym zajmować się muzyką czy literaturą, ale także kreować i rozwijać nowe pomysły. Okazują się niezależni i odkrywcy w wyrażanych spostrzeżeniach i wypowiedziach, a przy tym są spontaniczni i ekspresywni. Mają skłonność do analizowania przeżyć innych osób, oraz wgłębiania się w samych siebie, reagując przy tym intuicyjnie a zarazem wrażliwie i delikatnie.

Wyróżniają się szczególnymi talentami, zdolnościami plastycznymi, dramaturgicznymi, językowymi czy innymi niezbędnymi do uprawiania i zajmowania się sztuką. Mówi się o nich, że są osobami nieorganizowanymi czy nawet niepokładanymi, a przy tym idealistami. Nie lubią pracy biurowej, zajęć powtarzających się oraz wymagających rutyny. Preferują zawody twórcze: muzyków, dyrygentów, malarzy, projektantów mody, architektów, aktorów, tancerzy, plastyków, fotografów, wizażystów, grafików, ilustratorów pism itp.

Spółeczny typ osobowości zawodowej

Osoby charakteryzujące się typem społecznym lubią utrzymywać bliskie kontakty z innymi ludźmi, komunikować się z nimi, otaczać ich troską i opieką. Są skłonni udzielać pomocy, doradzać, informować, wyjaśniać, wychowywać, pielęgnować, leczyć. Wyróżniają się zdolnością rozumienia punktu widzenia partnerów, słuchania ich, wczuwania się w to, co przeżywają oraz stosownego empatycznego reagowania i innymi kompetencjami sprzyjającymi kontaktom międzyludzkim. W życiu kierują się wartościami

mi etycznymi, w tym w szczególności dobrem innych ludzi, nieraz stając się dla nich niezawodnym oparciem.

Są ciekawi spraw nurtujących całą wspólnotę, stąd włączają się w dyskusję nad problemami oraz podejmują próby ich efektywnego rozwiązywania, przejawiając przy tym skłonność do inicjowania i podejmowania działań prospołecznych. W kontaktach z innymi ludźmi okazują poczucie taktu, są zdolni przedkładać potrzeby ogólne nad własne, charakteryzują się umiejętnościami niezbędnymi do prowadzenia negocjacji, zapobiegania i łagodzenia konfliktów oraz sprawowania władzy. Wybierają zawody pedagogiczne, pielęgniarские, lekarskie, ratownicze, trenerskie, pracowników socjalnych, terapeutów, logopedów, masażystów, kelnerów itp. Nie odpowiada im natomiast praca naukowa, inżynierska i techniczna, a także profesje wymagające wysokich kompetencji manualnych.

Przedsiębiorczy typ osobowości zawodowej

Wyróżnikiem zachowania się jednostek reprezentujących typ przedsiębiorczy osobowości zawodowej jest dążenie do sukcesów. W trakcie realizacji założonego, wyznaczonego sobie celu ekonomicznego lub politycznego, potrafią kierować innymi ludźmi, a często także ustawiać ich w sposób dla siebie wygodny – manipulować nimi. Są skłonne „pociągać za sznurki”, lubią posiadać wpływy, znajdują upodobanie w sprawowaniu władzy. Nudzi ich natomiast zajmowanie się nauką, rozważanie kwestii nieistotnych z praktycznego punktu widzenia, abstrakcyjnych, ogólnych, wyłącznie teoretycznych.

Są energiczni, optymistyczni, w życiu społecznym dominujący, towarzyscy, ambitni, impulsywni, skłonni do kierowania się przyjemnością. Wykazują wysokie poczucie własnej wartości, zazwyczaj oparte na głębokim, osobistym, potwierdzającym się w praktyce przekonaniu, że potrafią osiągać ambitne cele, są przy tym lubiani, prezentują też zdolności krasomówcze. Sprawdzają się jako organizatorzy życia społecznego, w tym menedżerowie biznesu i politycy. Szczególnie odpowiada im praca w charakterze adwokatów, prokuratorów, doradców, agentów ubezpieczeniowych, pośredników handlowych, zwierzchników wewnętrznych jednostek organizacyjnych oraz kierowników przedsiębiorstw.

Konwencjonalny typ osobowości zawodowej

Osoby prezentujące konwencjonalny typ osobowości zawodowej są dobrze zorganizowane i rozważne. W pracy potrafią się kontrolować, zachowują się konformistycznie, są lojalne i posłuszne, okazują się systematyczne i wydajne. Unikają sytuacji niejasnych i niedookreślonych, improwizowanej aktywności zawodowej, postępowania, w którym strategia działania okazuje się sprecyzowana w niedostatecznym stopniu. Lubią pracować w sposób uporządkowany, zarabiać pieniądze i oszczędzać.

Odnoszą sukcesy w biznesie, a mimo to zmagają się z kompleksami. Ujawniają szczególne zdolności niezbędne do wykonywania pracy biurowej, w tym nierzadko wysokie kompetencje obliczeniowe oraz umiejętność dokładnego wykonywania instrukcji. Unikają konfliktów, są subordynowani, praktyczni, dobrze zorganizowani. Odpowiada im praca w administracji, w zawodach urzędników, statystyków, scenografów, notariuszy, radców prawnych, archiwistów, agentów celnych, agentów ubezpieczeniowych, księgowych, rachmistrzów itp.

Cechy jednostek a właściwości różnych typów osobowości zawodowej wg Hollanda

U jednostek nierzadko stwierdza się równoległe występowanie różnych typów osobowości zawodowej. Sprecyzowane przez Hollanda zbiory właściwości zazwyczaj występują jednak u danej osoby w różnym natężeniu. Można mówić zatem, jak stwierdził Holland, że jej przymioty predysponują ją do pracy nie w jednym, lecz w wielu zawodach. Niemniej najbardziej nadaje się ona do pracy wymagającej od zatrudnionego tych cech, które osiągnęły u niej relatywnie najwyższy poziom rozwoju. Nie sprawdzi się natomiast – lub relatywnie najmniej osiągnie – w tym zawodzie, w którym pracownikom są potrzebne cechy wykształcone w stopniu najniższym.

Oznacza to m.in., że aby właściwie ukierunkować własne dalsze kształcenie, powinieneś przede wszystkim dobrze poznać samego siebie. Powinieneś także przyporządkować przypisane sobie cechy, ustalone w procesie samopoznania, przedstawionym wyżej różnym typom osobowości zawodowej. Uwzględniając wyniki wspomnianego przyporządkowania, będziesz mógł wówczas odpowiedzieć na dwa zasadnicze dla Ciebie pytania, stanowiące przedmiot rozważań w niniejszym Poradniku. A mianowicie, będziesz mógł rozstrzygnąć: (1) jakie zawody najlepiej odpowiadają osobom

o przymiotach takich, jakie ty posiadasz oraz (2) jakie szkoły przygotowują do pracy w odpowiadających Ci, wybranych w ten sposób, interesujących Cię profesjach.

Wybierając szkołę powinieneś pamiętać naturalnie, że decydujesz nie tylko o kierunku, lecz rozstrzygasz także o poziomie własnego kształcenia. Inaczej mówiąc, rozstrzygasz, czy stawiane przed Tobą wymagania szkolne będą odpowiadały relatywnie łatwiejszemu programowi nauczania, realizowanemu w szkołach zawodowych, czy przeciwnie – trudniejszemu, obowiązującemu w szkołach maturalnych. Oznacza to m.in., że powinieneś zadać sobie pytanie, czy im podołasz bez uszczerbku dla zdrowia psychicznego i fizycznego, a także dla innych dziedzin własnej aktywności. Oczywiście uwzględnić powinieneś przede wszystkim swoje dotychczasowe osiągnięcia szkolne.

Oceny szkolne nie zawsze są dostatecznie precyzyjnym miernikiem zdolności jednostek. Wiadomo o tym, gdyż efekty kształcenia w szkole ponadgimnazjalnej a następnie na studiach, nie zawsze pokrywają się z tymi, jakie uczniowie uzyskują w gimnazjach. Na wszystkich szczeblach kształcenia oceny zależą nie tylko od poziomu inteligencji uczniów/studentów, lecz także od ich zainteresowań, motywacji oraz wielu innych cech emocjonalnych i osobowościowych. Wybierając szkołę ponadgimnazjalną kieruj się zatem własnymi, możliwie obiektywnymi dokonaniem i osiągnięciami, informującymi Cię, co rzeczywiście umiesz robić.

5. ŚRODOWISKO PRACY XXI WIEKU

W różnych zawodach działalność zawodowa przebiega, jak wiadomo, w odmiennych środowiskach pracy. Zależnie od wykonywanego zawodu, będziesz spędzał czas w fabryce, na budowie, w biurze, przy łóżku chorego, za kierownicą samochodu, przy desce kreślarskiej lub w innych okolicznościach. Zanim wybierzesz szkołę przygotowującą do interesującej Cię profesji, najpierw powinieneś zatem poznać wspomniane środowiska. Realizacji tego celu dobrze służą m.in. wycieczki do zakładów pracy, spotkania i rozmowy z osobami wykonującymi różne zawody czy prowadzone w szkole analizy warunków działalności zawodowej osób zatrudnionych na odmiennych stanowiskach.

Gromadząc informacje oświecające problematykę różnych stanowisk pracy, zwróć m.in. uwagę na ustawiczne dokonujące się w nich zmiany. Zmieniają się w szybkim tempie metody, sposób i okoliczności zawodowej aktywności pracowników. Wywołuje je gwałtowny rozwój: (a) wiedzy i technologii, (b) procesów komunikacji społecznej, (c) globalizacji, (d) fragmentaryzacji kultury oraz (e) stale nasilające się tendencje do manipulowania jednostkami (grupami). W konsekwencji człowiek jest zmuszony do działania w sytuacjach niedookreślonych, w znacznym stopniu niejasnych, a zarazem w warunkach ustawicznie narastającego osobistego ryzyka.

Rozwój wiedzy i nowych technologii

Rozwój wiedzy i nowych technologii jest tak szybki, że kompetencje, które nabywasz dziś w szkole, mogą za kilka lat w życiu zawodowym okazać się niewystarczające. Fakt, że nabywane informacje oraz oparte na nich strategie działania i umiejętności szybko się starzeją prowadzi do wniosku, że powinieneś systematycznie uzupełniać już raz opanowaną wiedzę oraz uformowane sprawności. A zatem kształcić się powinieneś ustawicznie, przez całe życie. To zaś oznacza, że postąpisz rozsądnie wybierając taką szkołę, która nauczy Cię metod samokształcenia, umożliwiając dzięki ich opanowaniu doskonalenie własnych kompetencji zawodowych oraz twórcze rozwiązywanie problemów.

Rozwój procesów komunikacji społecznej

Rozwój procesów komunikacji społecznej jest drugim wspomnianym wcześniej procesem, ustawicznie modyfikującym w XXI w. tradycyjną organizację, metody, sposoby oraz inne składniki środowiska ludzkiej pracy. Nastąpił on przede wszystkim w wyniku jakościowych ulepszeń mediów służących rejestrowaniu, gromadzeniu oraz przenoszeniu informacji, szczególnie na skutek odkrywania i upowszechniania się coraz nowszych środków elektronicznych. Osobliwą rolę odegrał w tym zakresie, i nadal pełni, Internet, umożliwiający jego użytkownikom niemal natychmiastowe wzajemne komunikowanie się niezależnie od miejsca, w którym przebywają nadawcy i odbiorcy komunikatów. Wymaga to od nich oczywiście odpowiednich kompetencji językowych oraz stosownych umiejętności medialnych, niezbędnych w procesie budowania, przekazywania i odczy-

tywania wspomnianych komunikatów.

Rozwój informatyki i techniki zaowocowały – jak wiadomo – niezmiernie szybkim rozwojem przemysłu elektronicznego i elektromechanicznego. Wytwarzane w nich współcześnie urządzenia elektroniczne są powszechnie wykorzystywane. W szerokim zakresie są stosowane m.in. w telekomunikacji, lotnictwie, przemyśle ciężkim, maszynowym i chemicznym, w transporcie, rachunkowości, wojsku, w procesach zarządzania oraz w wielu innych dziedzinach życia. Konstruowanie urządzeń elektronicznych i elektromechanicznych, ich obsługa i bieżąca konserwacja, a także usuwanie występujących w nich ewentualnych usterek, wymagają oczywiście specjalnych kompetencji zawodowych.

To zaś z kolei oznacza, że pojawiło się, utrzymuje i stale wzrasta społeczne zapotrzebowanie na pracę osób z właściwie pogłębionym przygotowaniem elektronicznym. Wydaje się, że jest to tendencja relatywnie stała, urządzenia przetwarzające informacje służą bowiem praktycznie wszystkim ludziom, także w ich życiu codziennym. Stosowane są na szeroką skalę komputery osobistego użytku, telefony komórkowe, telewizory, rejestratory zapisujące muzykę, obraz i dźwięk, odtwarzacze, cyfrowe aparaty fotograficzne, fotokomórki, itd. Umożliwiają one ich posiadaczom komunikację z innymi ludźmi oraz zapewniają dostęp do bieżących informacji, w tym do nowych technologii wykorzystywanych na całym świecie.

Globalizacja środowiska pracy

Globalizacji środowiska pracy wymaga postępująca – równoległe z informatyzacją, – globalizacja życia społecznego, czyli wytwarzanie się systemu wzajemnych powiązań i zależności między ludźmi i społeczeństwami naszego globu. Świat staje się – jak stwierdzili socjologowie – jedną *globalną wioską*. Stanowi całość, której części nie mogą funkcjonować niezależnie, każda z nich zależy bowiem od wszystkich pozostałych. Oczywiście struktura występujących między nimi powiązań jest ogromnie złożona, a przy tym w znacznym stopniu spolaryzowana i zhierarchizowana.

Najwyższe piętra wspomnianej struktury zajmują ludzie zarządzający centrami politycznymi, gospodarczymi, finansowymi, handlowymi, kulturowymi, sportowymi i innymi – o zasięgu ogólnonarodowym i między-

narodowym. Na najniższych piętach lokowane są jednostki oddalone od wspomnianych centrów, egzystujące nierzadko na skraju cywilizacji, w obszarach dotkniętych nędzą i bezrobociem. Wśród wspomnianych centrów wskazać można takie instytucje, jak np.: Międzynarodowy Fundusz Walutowy, Międzynarodowy Bank Odbudowy i Rozwoju, Światową Organizację Zdrowia, wielkie korporacje: Microsoft, Google, McDonald, a także Komitety Olimpijskie (Europejski czy Światowy) czy Międzynarodowa Federacja Piłki Nożnej (FIFA). Wśród rejonów oddalonych od centrów można wskazać liczne zacofane rejony Afryki, Ameryki Południowej i Azji, np. Etiopię, Somalię, Laos lub Birmę.

Polaryzacja społeczeństwa na warstwy uprzywilejowane, o wysokim statusie społeczno-ekonomicznym oraz ubogie, pozbawione przywilejów, zarysowuje się także w skali poszczególnych krajów, w tym i w Polsce. Również tu występują rejony bezrobocia i nikłych szans uzyskania ciekawej oraz godziwie wynagradzanej pracy (jak np. tereny byłych Państwowych Gospodarstw Rolnych) oraz enklawy szybkiego bogacenia się. Oznacza to m.in., że obowiązki i przywileje wynikające z faktu wykonywanego w przyszłości przez Ciebie zawodu, zależą będą w znacznym stopniu od miejsca, w jakim znajdziesz się we wspomnianej globalnej i lokalnej strukturze zbiorowości społecznych. Podkreślić jednak należy, że miejsce to będzie w znacznym stopniu uwarunkowane Twoimi osobistymi kompetencjami, w tym głównie wiedzą i umiejętnościami zawodowymi.

Proces fragmentaryzacji kultury

Wyuczenie się umiejętności zawodowych na takim poziomie, aby wykonywana praca była rzeczywiście potrzebna innym ludziom, współcześnie nie jest jednak łatwe. Ich opanowanie utrudniają nie tylko wspomniane wyżej zjawiska globalizacji i niezmiernie szybkiego przyrostu wiedzy, ale także korespondujący z nimi, ustawicznie nasilający się proces fragmentaryzacji kultury. W efekcie tych procesów, człowiek jest zalewany potokiem stale napływających nowych informacji, w tym wiedzy zawodowej. Na skutek zaś fragmentaryzacji kultury odczuwa coraz większe trudności w ich usystematyzowaniu, interesujące go dane napływają bowiem do niego we fragmentach, strzępach, często wzajemnie niespójne.

Pojęciem fragmentaryzacji oznacza się odnotowywaną w ostatnich dziesięcioleciach, ustawicznie nasilającą się dezintegrację kultury. Dotychczas relatywnie spójne systemy wartości, norm i zasad zachowania, wypracowane i uznawane za obowiązujące w różnych kręgach cywilizacyjnych, współcześnie mieszają się i wzajemnie mącą. Pozbawione pełnego kontekstu społecznego w konsekwencji ulegają sptyceni i rozbiciu, a zarazem tracą dotychczasową zdolność wzajemnego dopełniania. W efekcie jednostkom żyjącym w XXI w. znacznie trudniej zorientować się, co jest właściwe i niewłaściwe, a co niepotrzebne lub wręcz niestosowne, co nadaje sens życiu człowieka, a co uchybia ludzkiej godności.

Trudności występujące w procesach porządkowania i przyswajania niekompletnych, często wzajemnie sprzecznych wzorów zachowań, odnotowywane są współcześnie we wszystkich dziedzinach życia. Nie omijają także obszaru, w którym ludzie rozwijają własną, profesjonalną aktywność. Reakcją na wspomniane trudności jest nie tylko wspomniane wyżej ustawiczne uczenie się, ale także stale postępujący podział zawodów, specjalności i specjalizacji. Społeczeństwo zgłasza bowiem zapotrzebowanie przede wszystkim na pracę fachowców i wysoko kwalifikowanych specjalistów oraz na organizatorów życia społecznego: menedżerów, kierowników, projektantów, inżynierów, ekonomistów, pracowników różnorodnych usług.

Procesy manipulacji ludźmi

Gwałtownemu wzrostowi liczby osób solidnie przygotowanych do pracy zawodowej, w tym wysoko kwalifikowanych fachowców i specjalistów, towarzyszy jednak liczebny wzrost grupy osób niedostatecznie wykształconych, niedoinformowanych oraz zdeinformowanych. Z reguły ich status społeczno-ekonomiczny jest niski. W efekcie w kontaktach z innymi ludźmi mogą oni charakteryzować się poczuciem niepewności i przeżywać stany zwątpienia w swoje możliwości. Stają się też podatni na różne formy manipulacji, w tym politycznej propagandy oraz nieuczciwej reklamy. Pod takim wpływem podejmują i z większym lub mniejszym trudem realizują obce sobie cele, sprzeczne zarówno z własnymi potrzebami, jak i osobistymi systemami wartości.

Współczesny rynek, w tym rynek pracy, jest przesycony różnymi formami

manipulacji ludźmi. Oznacza to m.in., że naraża jego uczestników na ryzyko, iż ich partnerzy będą podejmowali próby naciągania czy posługiwania się nimi, jak narzędziami. Manipulowaniu ludźmi sprzyja nie tylko niedoinformowanie osób manipulowanych, lecz także częstsze niż w ubiegłych pokoleniach migracje, zmiany miejsca zatrudnienia oraz specjalizacji zawodowych.

Dzieje się to z różnych powodów (już wcześniej przedstawionych), między innymi dlatego, że ludzie usiłują zastępować mniej wydajne technologie bardziej efektywnymi, a w konsekwencji – mniej poszukiwane specjalizacje i zawody takimi, na które aktualnie istnieje silne zapotrzebowanie. Wybierając szkołę, do której zamierzasz uczęszczać po ukończeniu gimnazjum, powinieneś więc uwzględnić wszystkie prezentowane wyżej fakty i procesy charakteryzujące współczesne środowisko pracy. Ma ona przecież pomóc Ci przygotować się do samodzielnego i odpowiedzialnego życia w społeczeństwie w warunkach następujących obecnie szybkich, wręcz gwałtownych, przemian społeczno kulturowych.

Potrzeba wiedzy o samym sobie

Abyś mógł wybrać szkołę, a następnie podjąć pracę, która rzeczywiście będzie Ci odpowiadać, brakuje Ci jeszcze jednej ważnej grupy informacji. Stanowi ją wiedza o samym sobie. Nauka, studia a następnie aktywność zawodowa, powinny zasadzać się bowiem na najsilniejszych, społecznie najbardziej pożądanych stronach Twojej osobowości, posiadanych zdolnościach i talentach. Nie tylko powinny na nich się opierać, z nimi korespondować i im odpowiadać, ale także najcenniejsze z nich wydobywać, kształtować i formować, umożliwiając Ci wszechstronny rozwój osobowości i w efekcie samorealizację.

Sformułowanie trafnej odpowiedzi na pytanie, kim jestem, jest jednak zadaniem skomplikowanym, trudnym szczególnie dla osoby młodej. Człowiek nie posiada bowiem wyraźnego, dostatecznie wyklarowanego obrazu własnego psychicznego „ja”. Nie potrafi przewidzieć, jakie upodobania i dążenia rozwiną się w nim pod wpływem dalszego doświadczenia i w efekcie będą charakteryzowały w przyszłości. Tekst kolejnego rozdziału *Poradnika* powinien ułatwić Ci wspomniany trudny proces samopoznania.

6. PORTRET MŁODZIEŻY W WIEKU GIMNAZJALNYM. SZKIC PSYCHOLOGICZNY

Z pewnością wiesz o tym, że okres uczęszczania do gimnazjum przypada na *czas dorastania*. Trwa on około 8 lat, w przybliżeniu od 12 do 20 roku życia. Z reguły wyróżnia się w nim dwa etapy, pierwszy rozpoczyna się w wieku około 11–12 lat, a drugi około 16–17 lat. Nazywamy je odpowiednio: (a) *fazą dorastania* i (b) *młodości* lub też (a) *okresem wczesnego* i (b) *późnego dorastania*. Każdy z nich jest inny. W *Poradniku* prezentujemy charakterystykę wczesnej fazy dorastania, ponieważ uczniowie klas gimnazjalnych są właśnie na tym etapie swojego rozwoju.

6.1. Rozwój fizyczny oraz dojrzewanie płciowe

Okres dorastania nazywany jest też okresem *adolescencji* – od łacińskiego słowa *adolescere*, co znaczy „dorastać do dojrzałości” – lub *okresem pokwitania*. Jest to czas pomiędzy dzieciństwem a dorosłością, czyli ten, w którym Ty się właśnie znajdujesz. Stoisz obecnie w obliczu wielu wyzwań: musisz przystosować się do widocznych zmian fizycznych i seksualnych, które zachodzą w Twoim organizmie, określić swoje „ja”, czyli to, kim jesteś i kim chciałbyś zostać, nawiązać nowe relacje z osobami z bliskich i dalszych Ci środowisk, w tym także nauczyć się wyrażać swoje uczucia wobec płci przeciwnej. Zdajesz sobie zapewne sprawę z tego, że rozwoju seksualnego nie da się oddzielić od innych sfer Twego rozwoju. A to, w jaki sposób reagujesz na zmiany fizyczne towarzyszące procesowi dojrzewania seksualnego, to, czy je postrzegasz jako atrakcyjne, czy też nie, wywiera także wpływ na Twój sposób spostrzegania siebie i innych osób.

Czas dojrzewania to ważny okres w Twoim życiu – kształtuje się teraz Twoja tożsamość, określająca to, kim właściwie jesteś. Być może często słyszysz, jak dorośli mówią, że młodość to najpiękniejsze, beztroskie lata życia, w których masz wszystko, co jest niezbędne do życia, a nie musisz się sam o to starać, możesz więc beztrosko cieszyć się życiem. Niestety, jest to też okres, w którym czyha na Ciebie wiele niebezpieczeństw. Dostrzegasz zapewne w swym otoczeniu jednostki i grupy osób, które przyjęły charakterystyczny sposób bycia i specyficzne normy obyczajowe. Niestety, zachowania, które te osoby prezentują, pociągają za sobą wiele negatywnych

skutków, takich, jak np.: nadużywanie środków odurzających, wagary, bulimia lub anoreksja, przestępczość, czasami nawet samobójstwa. Skąd biorą się tego typu problemy, z którymi borykają się niektóre osoby w Twoim wieku? Co można zrobić, aby się przed takimi problemami uchronić, a gdy już zaistnieją, starać się je przezwyciężyć? Jak w okresie dorastania zacząć myśleć poważniej o swojej przyszłości, o wyborze kierunku dalszej nauki, a w konsekwencji – wyborze przyszłego zawodu?

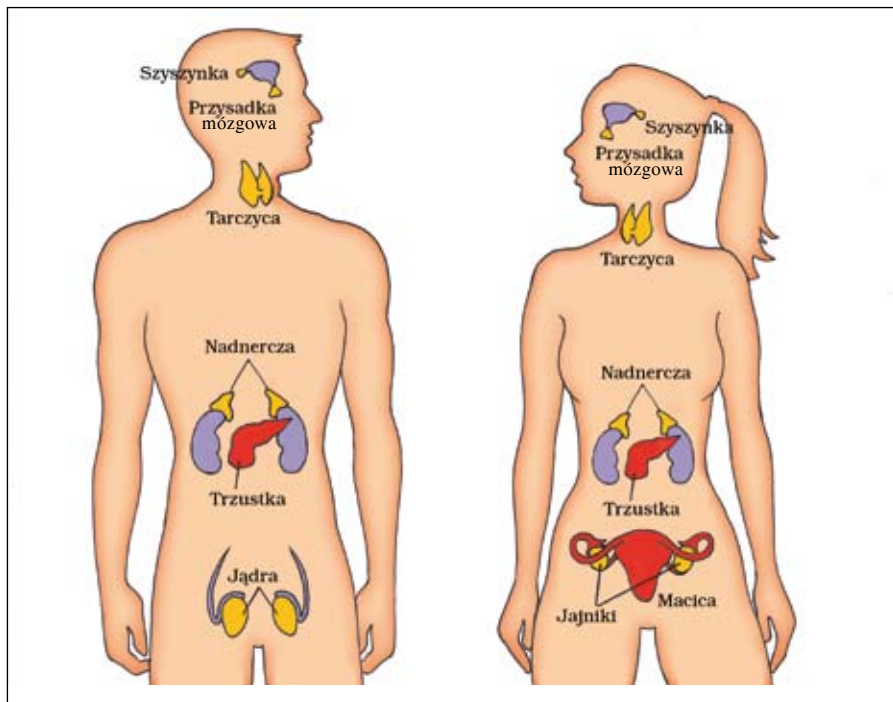
Pokwitanie (od łacińskiego słowa *pubertas* – czyli „*pokwitanie*”, „czas rozwoju”) jest tym stadium rozwoju fizycznego, w którym kształtują się pierwszo- i drugorzędowe cechy płciowe, czyli takie, które możesz dostrzec gołym okiem, jak też i te, które kształtują się wewnątrz Twego organizmu. Pokwitanie jest procesem, w wyniku którego ciało dziecka przekształca się w ciało dorosłego, a w przypadku dziewcząt, staje się zdolne do wydania na świat dziecka.

W naszej kulturze trudno wskazać pewne szczególne obyczaje towarzyszące początkowi okresu *pokwitania*. Gdybyś jednak żył w innej części świata, to nie ominęłaby Cię przygotowana specjalnie z tej okazji ceremonia, symbolizująca wkraczanie w dorosłość. Myślisz zapewne: „Impreza! Dla mnie? Czemu nie? To mi nawet odpowiada.” Musisz jednak wiedzieć, że taka ceremonia nie polega głównie na zabawie. Ceremonia inicjacji, związana z wkraczaniem w okres dorastania, wymaga bowiem od wkraczających w dorosłość wykazania się różnymi sprawnościami, takimi jak np.: samoobrona w trudnych warunkach czy umiejętność polowania.

W okresie *pokwitania* Twój organizm podlega ciągłym zmianom, które pojawiają się w określonej kolejności. Możesz to łatwo dostrzec obserwując swój układ kostny i mięśniowy. U Twoich rówieśników rozwój fizyczny przebiega w przybliżeniu w takim samym tempie, jak i u Ciebie. Dziewczęta zaczynają jednak dojrzewać szybciej, zwykle o dwa lata wcześniej niż chłopcy. Na tym etapie rozwoju coraz większą rolę odgrywają w organizmie dorastającego substancje zwane hormonami. *Hormony* wytwarzane są w organizmie przez specjalne gruczoły, tzw. *gruczoły dokrewne*, z których trafiają one prosto do krwi. Zainteresuje Cię zapewne fakt, że pewne hormony powodują dojrzewanie narządów płciowych oraz pojawienie się drugorzędowych cech płciowych, takich jak piersi u kobiet czy zarost

u mężczyzn. Hormony sprawiają także, że w okresie pokwitania zachodzi wiele innych zmian w rozwoju fizycznym osób dojrzewających. Dowiesz się, w jaki sposób oddziałują one na Twój organizm.

Ryc. 1. Układ gruczołów dokrewnych



Nadrzędnym gruczołem wydzielania wewnętrznego jest *przysadka mózgowa*. Przysadka mózgowa w okresie dorastania wydziela do krwi zwiększoną ilość hormonu wzrostu, pod wpływem którego następuje gwałtowny wzrost Twojego ciała, szczególnie kończyn. Inna grupa hormonów wydzielanych przez przysadkę mózgową pobudza funkcjonowanie jeszcze innych gruczołów dokrewnych. Należą do nich np. *hormon adrenokortykotropowy* (w skrócie ACTH) wpływający na część korową nadnerczy, *hormon tyreotropowy* regulujący czynności tarczycy oraz *hormony gonadotropowe* oddziałujące na gruczoły płciowe. Od działania hormonów gonadotropowych zależy rozwój jąder u chłopców, a jajników u dziewcząt. Jest to istotne, ponieważ gruczoły płciowe chłopców, czyli *jądra*, wydzielają hormon

płciowy męski – *testosteron*, a gruczoły płciowe dziewcząt, czyli jajniki, wydzielają żeńskie hormony płciowe – *estrogen* i *progesteron*. Od *testosteronu* zależy rozwój genitaliów męskich, owłosienia łonowego i innych cech rozwoju seksualnego. Natomiast *estrogen* kontroluje u kobiet fazy wzrostu macicy, pochwy i piersi. *Progesteron* pomaga w rozwoju ściany macicy, szczególnie w przystosowaniu jej do zagnieżdżenia się zapłodnionego jaja, a następnie rozwoju płodu i łożyska. (Omówienie funkcji wszystkich gruczołów dokrewnych przekracza ramy tego *Poradnika* – tutaj więc tylko je zasygnalizowano.)

Przyspieszenie rozwoju fizycznego młodzieży w Twoim wieku spowodowane jest działaniem hormonów, w szczególności zaś hormonu wzrostu. Zjawisko to nosi nazwę *skoku rozwojowego w okresie pokwitania*.

6.2. Skok rozwojowy w okresie pokwitania

Skok rozwojowy w okresie pokwitania obejmuje przyrost długości i ciężaru ciała oraz zmiany układu szkieletowego. U dziewcząt przyrost ten zaczyna się na ogół 2 lata wcześniej (w wieku już 10,5 lat), niż u chłopców (12,5 lat). Dlatego dziewczęta w wieku pomiędzy 11 a 13 rokiem życia są zazwyczaj wyższe od chłopców, ale po 15 roku życia zaczyna się gwałtowny rozwój chłopców, co umożliwia im prześcignięcie dziewcząt wzrostem. Tempo wzrostu nóg jest szybsze niż tułowia, dlatego wielu dorastających ma charakterystyczny, „tyczkowaty” wygląd. Po 17 roku życia wiele dziewcząt uzyskuje swój ostateczny wzrost, natomiast u chłopców dzieje się tak kilka lat później.

Po 11 roku życia zarówno u dziewcząt, jak i chłopców zaczyna też zwiększać się ciężar ciała; w szczytowych latach ich rozwoju przeciętnie 4,5 do 5,5 kg rocznie. U chłopców przyrost ciężaru ciała powodowany jest przez rozwój mięśni, a u dziewcząt przez przyrost tkanki tłuszczowej. U obu płci zachodzą zmiany w budowie szkieletu: wzrasta jego długość, zmieniają się proporcje i skład. Struktura kości osiąga dojrzały poziom u dziewcząt około 17 roku życia, u chłopców około 2 lata później.

W okresie pokwitania szczególnie ważny staje się rozwój *pierwszo- i drugorzędnych cech płciowych*. U dziewcząt rozwijają się wewnętrzne narządy płciowe żeńskie: jajniki, jajowody, macica i pochwa. Zwykle pomiędzy 13 a 14 rokiem życia u dziewcząt pojawia się także pierwsza *miesiączka*.

Zdjęcie 1.



Wiek wystąpienia pierwszej *miesiączki (menstruacji)* u dziewcząt waha się na świecie w granicach od 12 do 18 roku życia. W pewnych przypadkach miesiączka może być zjawiskiem kłopotliwym i rodzącym lęk u dziewcząt. Powodem tego jest zazwyczaj brak właściwego przygotowania dziewczyny do faktu jej pojawienia się.

Chociaż miesiączka jest pierwszą oznaką żeńskiej dojrzałości seksualnej, niekoniecznie musi oznaczać osiągnięcie dojrzałości do zajścia w ciążę. Wczesne cykle menstruacyjne są u dziewcząt mniej regularne, niż dzieje się to później i często występują bez owulacji.

U większości dziewcząt między 11 a 12 rokiem życia rozpoczyna się rozwój piersi. Wraz z rozwojem piersi zaczyna się także pojawiać żeńskie owłosienie łonowe, już przed wystąpieniem miesiączki. Hormony płciowe są też odpowiedzialne za zmianę kształtu ciała dziewcząt – z dziecięcych przekształcają się w kobiece.

U większości chłopców około 12 roku życia obserwuje się wzrost jąder i penisa. Przyrost wielkości jąder wynika z rozwoju kanalików nasiennych. Rozwój jąder kończy się około 18 roku życia. Coraz częściej pojawiają się spontaniczne *erekcje*, wywołując zakłopotanie chłopców. Produkcja płynu nasiennego i pierwsza *ejakulacja* (wydzielanie plemników), czasem określana jako pierwsza *polucja*, pojawia się około 15 roku życia. Pierwsza ejakulacja zawiera niewiele plemników zdolnych do przeżycia, dlatego u dorastających chłopców, podobnie jak i u dorastających dziewcząt, występuje początkowo okres bezpłodności. Jeśli ejakulacja płynu nasiennego pojawia się w czasie snu, określa się ją jako *nocną polucję (zmazę nocną)*. Zmazy nocne stanowią normalną fazę rozwoju seksualnego. Często są one skutkiem pobudzenia seksualnego wywołanego przez sny albo warunki fizyczne, takie jak np. ucisk piżamy lub przepełniony pęcherz moczowy.

Męskie owłosienie łonowe pojawia się między 13 a 14 rokiem życia. Na twarzy włosy rosną chłopcom w określonej kolejności. Najwcześniej widoczny jest meszek w kącikach górnych warg, a następnie zarost rozciąga się na całą górną wargę. Innymi drugorzędowymi cechami płciowymi występującymi u chłopców w okresie dorastania, jest zwiększenie się wydzielania gruczołów potowych i wyraźna zmiana głosu. Głos u chłopców pogłębia się bardziej niż u dziewcząt, przede wszystkim na skutek szybkiego zwiększenia się długości ich strun głosowych i wzrostu krtani. Z wiekiem dochodzi do zwiększenia siły męskiego głosu i doskonalenia słuchu.

6.3. Charakterystyka psychiki nastolatka

Opisane wyżej wyraźne zmiany rozwojowe przejawiające się w Twoim wyglądzie, wpływają na to, w jaki sposób postrzegasz samego siebie. W miarę rozwoju pierwszo- i drugorzędowych cech płciowych, młodzież w Twoim wieku przeważnie koncentruje uwagę na zmieniającym się „ja” seksualnym. Sposób reagowania nastolatków na ten proces w ogromnej mierze rzutuje na formowanie się ich ostatecznej samooceny. Niektóre przemiany fizyczne, które zachodzą w tym okresie życia, mogą wywoływać pewien dyskomfort psychiczny, zwłaszcza u młodzieży, która nie została przygotowana wcześniej na pojawiające się zmiany rozwojowe. Miesiączka u dziewcząt i wytryski nasienia u chłopców bywają źródłem niepokoju, podobnie jak tyczkowaty wygląd oraz nieproporcjonalnie szybki wzrost dłoni i stóp. Zważywszy, że tym przemianom często towarzyszą wypryski na twarzy, niezgrabność ruchowa i załamanie głosu, nie można się dziwić,

że wielu nastolatków odczuwa zakłopotanie z powodu zmieniającego się ich fizycznego „ja”.

Rozwój fizyczny przebiega w sposób indywidualny u każdego dorastającego, dlatego tempo wzrostu nastolatków może być różne. Nastolatki, które rozwijają się poza ustalonymi normami rozwojowymi, tzn. ich rozwój jest nieco przyspieszony lub opóźniony w stosunku do normy przewidzianej dla ich wieku, są na ogół bardziej przewrażliwione na punkcie swojej osoby. Zazwyczaj osoby, które dojrzewają szybciej, prezentują wyższy poziom osobistej satysfakcji, co sprawia, że przejawiają też większą skłonność do niezależności i polegania na sobie. Takie osoby bywają też bardziej wyrobione społecznie niż ich koledzy i koleżanki dojrzewający nieco później. Szybszy rozwój przysparza im, na ogół, większej popularności i sprzyja rozwojowi zdolności przywódczych.

Jednakże wcześniejsze dorastanie, chociaż ma niewątpliwie pewne zalety, może także pociągać za sobą mniej przyjemne konsekwencje. Może udało Ci się zaobserwować, że Twój szybciej dorastający rówieśnik uzyskuje od rodziców więcej przywilejów. Mogą np. ubierać się tak, jak zechcą czy zawierać znajomości, z kim chcą. Zarazem jednak muszą ponosić większą odpowiedzialność za swoje zachowanie, np. znacznie szybciej dostosowując się do przemian, które zachodzą w ich organizmie. Szczególnie kłopotliwe może się to okazać dla wcześnie miesiączkujących dziewcząt, które mogą czuć się zakłopotane i zaniepokojone z tego powodu. Jeżeli natomiast Twój rozwój przebiega nieco wolniej niż przewidują to normy rozwojowe, to niestety, może to czasami prowadzić do ukształtowania się gorszego obrazu samego siebie i tendencji do niedojrzałości społecznej. Swoje zachowanie dorastający ukierunkowuje wówczas na to, aby otoczenie zwróciło na niego uwagę i zapewniło mu upragnioną akceptację społeczną.

Wcześniejsze dojrzewanie wiąże się również z zachowaniami seksualnymi. Wcześnie dojrzewający fizycznie młody człowiek zdolny jest do wchodzenia w reakcje seksualne. Jednakże, powinieneś wiedzieć, że dojrzałe ciało nie gwarantuje jeszcze równie szybkiego rozwoju umysłu i odpowiedniej dojrzałości społeczno-emocjonalnej. Niestety, często młodzież nawiązuje kontakty seksualne zanim osiągnie odpowiednią do tego dojrzałość psychiczną. Chcąc się popisać przed innymi, zrobić coś, czego rodzice im zabraniają, udowodnić swoją „dorosłość”, podejmują współżycie seksualne. „Niewinna” przygoda szybko się kończy, ale jej konsekwencje mogą mieć

wpływ na całe dalsze życia nastolatka, zwłaszcza młodej dziewczyny, która staje przed perspektywą zostania matką.

Rola matki jest oczywiście piękna, ale trzeba do niej dojrzeć psychologicznie i odpowiednio się do niej przygotować. Czy więc warto skracać sobie najpiękniejszy okres życia po to, aby przedwcześnie podejmować role, na pełnienie których i tak przypada większa część naszego życia? Okazuje się jednak, że na świecie odsetek ciężarnych nastolatek ciągle wzrasta, wiele z nich ma zaledwie 15 lat. Taka sytuacja powinna skłonić Cię do refleksji na temat zmian, jakie zachodzą w organizmach dorastającej młodzieży w miarę rozwoju fizycznego i seksualnego, a także związanych z tymi zmianami przeżyć oraz ryzyka, które niesie przedwczesne rozpoczęcia kontaktów seksualnych, szczególnie przedwczesne zajście w ciążę.

Oznaki dojrzałości seksualnej zwiastują oczywiście nowy poziom rozumienia i reagowania seksualnego. Dojrzewając, uświadamiasz sobie coraz wyraźniej uczucia i pragnienia seksualne. Zaczynasz też coraz bardziej interesować się społecznymi aspektami swojego rozwoju, takimi jak randki czy wybór partnera/partnerki. Społeczeństwo oczekuje, że młodzież w Twoim wieku przejdzie od fazy dziecięcej uległości, braku odpowiedzialności, aseksualności, do etapu dorosłej niezależności, ale też do odpowiedzialności w sferze seksu. Seksualny skutek dojrzewania zależy od tego, jak zareagujesz na zachodzące w Tobie zmiany, zarówno fizjologiczne, jak i psychiczne. Musisz przyjąć do wiadomości fakt, że jesteś już dojrzałą pod względem seksualnym, co zakłada też pogodzenie się ze swoją tożsamością seksualną. W tym czasie określasz swoje preferencje seksualne, myślisz o wartościach, które w tej kwestii przekazali Ci rodzice, zastanawiasz się, które z nich akceptujesz, a które chcesz zmienić. Mogą też nadchodzić Cię obawy dotyczące własnej sprawności seksualnej.

W tym okresie życia ważny jest też rozwój Twoich *sprawności motorycznych*. Rozwój tych sprawności bywa nierównomierny i zakłócony. Obserwujesz u siebie wzrost siły i szybkości reakcji oraz zdolność coraz lepszej koordynacji ruchowej. Chłopcy potrafią godzinami przebywać na podwórku, grając „w nogę” lub inne gry sportowe. W ten sposób szybko rozwija się ich sprawność motoryczna, pod względem której zdecydowanie przewyższają dziewczęta. Mężczyźni zawsze byli zachęceni do rozwijania sprawności fizycznych, co – między innymi – spowodowało nierówność płci pod względem tych umiejętności.

6.4. Rozwój poznawczy

Okres dorastania pociąga także za sobą wiele doniosłych zmian w psychice adolescentów. Zmiany te dotyczą procesów poznawczych, emocji, motywacji oraz całej ich osobowości. Inaczej niż do tej pory postrzegasz otaczającą Cię rzeczywistość, wykazujesz bardzo chwiejne emocje, inne niż dotąd powody stają się motywacją Twoich działań. Zmienia się cała Twoja osobowość.

W sferze rozwoju poznawczego największym sukcesem okresu adolescencji, osiąganym przez wielu (choć nie przez wszystkich) nastolatków, jest zdolność *myślenia i rozumowania abstrakcyjnego*. Dowiesz się na ten temat więcej, zapoznając się z ciekawą teorią rozwoju inteligencji, opracowaną przez Jeana Piageta*. Zgodnie z tą teorią, w Twoim wieku rozwija się zdolność myślenia z zastosowaniem tzw. *formalnych operacji umysłowych*. Stosowanie *formalnych operacji umysłowych* polega na zdolności wykonywania takich samych, skutecznych działań umysłowych, niezależnie od rodzaju materiału myślowego, na którym są one dokonywane. Ta zdolność pozwala Ci nie tylko (a) *rozumieć i operować abstrakcyjnymi pojęciami*, ale także (b) systematycznie rozumować na temat *potencjalnie możliwych scenariuszy wydarzeń*. Dzięki temu potrafisz np. zastosować w życiu codziennym to, czego uczysz się w szkole. Jesteś też w stanie nie tylko wyobrazić sobie czynniki, które wpływają na przebieg prowadzonego w szkole eksperymentu, ale także zdajesz sobie sprawę z tego, że aby ocenić wpływ każdego z tych czynników na efekt prowadzonego eksperymentu, trzeba zmieniać w eksperymencie za każdym razem tylko jeden z tych czynników.

Na przykład: zastanawiasz się, dlaczego rodzice nie chcą puścić Cię na dyskotekę. Opisujesz im różne okoliczności, w jakich ma się ona odbyć, obserwując bacznie, na którą z tych okoliczności Twoja mama reaguje największym lękiem i stanowczą odmową. W ten sposób wnioskujesz, czy główną przeszkodą w uzyskaniu zgody na wyjście na dyskotekę jest obawa mamy przed tym, że pojawi się tam alkohol, czy też, że znajdziesz się wśród nieodpowiednich znajomych, a może to, że zbyt późno wrócisz do domu. Wzięcie pod uwagę wszystkich tych czynników jednocześnie uniemożliwiłoby Ci zbadanie, który z nich najbardziej przyczynił się do wydania zakazu przez Twoją mamę. Dlatego rozważasz je po kolei. Jeżeli potrafisz

taki tok rozumowania zastosować w czasie prowadzenia różnych eksperymentów, to znaczy, że uchwyciłeś istotę badań naukowych. Polega ona na systematycznej zmianie jednego tylko czynnika eksperymentalnego, przy utrzymaniu wszystkich pozostałych czynników na stałym poziomie. Krótko mówiąc, mechanizmy poznawcze, niezbędne do naukowego myślenia, mogą pojawić się już w 11–12 roku życia. Jednak nie wszyscy dorastający rozwijają te zdolności tak wcześnie, a niektórzy nie rozwijają ich wcale. Ponadto osoby, których rozwój umysłowy jest dostatecznie szybki, są w stanie uchwycić zasady leżące u podstaw matematyki. A także, dzięki zdolności systematycznego myślenia abstrakcyjnego, mogą zastanawiać się nad takimi kwestiami, jak np. przyczyny ludzkich zachowań, rodzaje relacji społecznych, zasady społecznej sprawiedliwości czy działania podejmowane w sferze polityki.

Czy zastanawiałeś się kiedyś nad tym, w jaki sposób rozwija się zdolność logicznego myślenia? Można byłoby przyjąć, że jest ona efektem końcowych stadiów rozwoju Twojego mózgu (ale mózg nastolatków nadal się rozwija). Jednakże przypisywanie tak ważnej zdolności, jaką jest rozumowanie abstrakcyjne, jednemu tylko, biologicznemu czynnikowi rozwojowemu, nie byłoby słuszne. Wiemy przecież, że w wielu ubogich, prymitywnych kulturach, nawet całkiem dorosłe osoby, nie potrafią aktualizować zdolności określanych jako *myślowne operacje formalne*. Są to, jak już wiesz, takie operacje myślowe, które przebiegają według określonych reguł myślenia i realizowane są w sposób niezależny od treści aktywizowanych w umyśle myśli. Nic nie wskazuje na to, że mózgi osób pochodzących z kultur prymitywnych nie rozwinęły się w pełni. Na rozwój *zdolności myślenia formalnego* wywiera jednak wpływ nie tylko biologia, czyli rozwój mózgu, ale także kultura, nauka, cywilizacja, które od małego dziecka kształtują nasze myślenie.

Trzeba też zauważyć, że młodzież bywa niekiedy podatna na pewne zniekształcenia w swoim myśleniu. Przejawia się to tym, że w niektórych sytuacjach stosujesz tzw. *zniekształcenia obronne*, twierdząc np. „Rodzice nie będą mieli nic przeciwko temu, że późnym wieczorem pożyczę sobie od nich samochód, nie ma więc sensu pytać ich o zgodę”. Trudno też ufać osądom, które wydajesz na swój temat, gdyż często brakuje im obiektywizmu (choć zdarza się to, niestety, także i osobom dorosłym). Ogólnie

można stwierdzić, że zarówno młodzież, jak i dorośli kierują się niekiedy w swoim myśleniu takimi regułami i stosują takie skróty myślowe, które zaowocować mogą błędnym rozumowaniem. Pojawia się też zagrożenie, że zdolność logicznego myślenia może zostać zaburzona przez pewne uprzedzenia i zniekształcenia w rozumowaniu, charakterystyczne dla okresu dojrzewania. Zjawisko to związane jest z tzw. *egocentryzmem poznawczym* nastolatków.

Egocentryzm poznawczy nastolatków

Dotychczas na wiele spraw spoglądałeś tylko i wyłącznie z własnego punktu widzenia, np. „Mam ochotę na chipsy, więc je sobie kupię”. Ale teraz, kiedy Twoje zdolności poznawcze znacznie się rozwinęły, coraz częściej przyjmujesz punkt widzenia innych osób i myślisz w ten sposób: „Zjadłbym chipsy, ale do sklepu właśnie weszła Gośka z Jolką; jak zobaczą, co kupuję, to zaraz zaczną mówić, że jestem gruby, a jem chipsy. Kiedy wrócę z chipsami do domu, znów usłyszę od mamy, że niezdrowo się odżywiam, a tata powie, że wydaję pieniądze na bzdury. Wobec tego zjem chyba tylko jabłko”. Takie zachowanie obrazuje zjawisko tzw. *wyobrażonej widowni*. Polega ono na przekonaniu, którego czasem doświadczasz – *Ty jesteś aktorem*, a wszyscy inni stanowią widownię, która właśnie Cię podziwia.

Efektom takiego spostrzegania rzeczywistości staje się jednak Twoja *nadmierna samoświadomość i łatwe zawstydzanie się*. Czy wiesz, jak to się przejawia? A czy nie zdarza Ci się niekiedy wstać dwie godziny wcześniej niż zwykle po to, aby przez pierwszą godzinę poprzymierzać wszystkie ubrania ze swojej szafy oraz połowę ubrań z szafy Twojej mamy, a przez drugą godzinę prostować swoje włosy, a rezultat i tak Cię nie zadowala? Inne osoby z Twojej rodziny także chcą skorzystać z łazienki, więc w tej sytuacji nie możesz już nic więcej zrobić z tymi nieszczęsnymi włosami. Twoja mama twierdzi, co prawda, że wyglądasz pięknie, ale to ostatnia rzecz, w którą byłabyś w stanie uwierzyć. Myślisz więc: „Mówi tak, bo chce, żebym wyszła w końcu z łazienki, a tak naprawdę widzi każdy mój pryszcz”. Okazuje się, że jedni dorastający ulegają tego typu złudzeniom bardziej, a inni mniej. Jeśli zaliczasz się do pierwszej grupy, to prawdopodobnie częściej unikasz ryzykownych zachowań, ponieważ wydaje Ci się, że inni bez przerwy na Ciebie patrzą.

Zdjęcie 2.



Przyznaj również, że zastanawiając się nad swoją przyszłością, czasami myślisz: „Jeśli nie aktorką, to może będę gwiazdą estrady?” Takie myślenie ilustruje inną postawę, którą przyjmuje czasem młodzież w Twoim wieku. Polega ona na tym, że pielęgnujesz tzw. *mit osobisty* – historię, w której jesteś gwiazdą, wykazujesz nieprzeciętne zdolności i masz rozległe przywileje. Wydaje Ci się, że możesz podejmować współżycie seksualne (nawet bez „zabezpieczeń”), czy też prowadzić samochód bez prawa jazdy, łamiąc przepisy, gdyż jesteś przekonany/a o swojej wyjątkowej odporności na konsekwencje tego rodzaju zachowań. Zgodzisz się chyba z opinią, że odgrywanie tego typu ról podlega wpływom Twoich rówieśników, oraz że nie jest ono racjonalne.

Pomimo opisanych wyżej tendencji, które pojawiać się mogą czasem w Twoim zachowaniu, przyznasz jednak, że Twój stosunek do podstawowych wartości oraz życiowych celów w największym stopniu nadal jest kształtowany przez Twoją rodzinę.

Zdolność głębszego rozumienia literatury pięknej

Poddajmy dalszej analizie Twoje *zdolności poznawcze*. Zauważyłeś zapewne, że dzięki rozwojowi w zakresie tzw. *formalnych operacji myślowych*, jesteś w stanie lepiej niż to było wcześniej rozumieć literaturę piękną. Czytasz np. poemat *Romeo i Julia* W. Szekspira i dostrzegasz w nim nie tylko nieszczęśliwą miłość dwojga nastolatków, ale potrafisz również zinterpretować główne myśli czytanego utworu. Dostrzegasz istotne fakty przedstawione w utworze, np. to, że powodem tragedii dwojga zakochanych była wzajemna nienawiść dwóch zwaśnionych rodów. Rozumiejąc idee, które autor zawarł w tym poemacie, potrafisz odnieść je do wielu innych, analogicznych sytuacji. Dzieje się tak dlatego, że osiągnąwszy w rozwoju myślenia stadium *myślowych operacji formalnych*, możesz zrozumieć większy zakres symboli literackich, metafor, znaczeń słów i charakterystyki bohaterów. Zdajesz sobie też sprawę z chronologii wydarzeń prezentowanych w utworach. Stają się też dla Ciebie zrozumiałe pewne techniki literackie (np. użycie ironii, zastosowanie słów abstrakcyjnych itp.). Zmienia się także Twoje poczucie humoru, potrafisz reagować na różnego rodzaju zagadki literackie oraz inne, subtelne formy ekspresji.

Ostatecznie można powiedzieć, że dużo lepiej rozumiesz literaturę piękną. Dzieje się tak dlatego, że zdolność posługiwania się *formalnymi operacjami umysłowymi* uwalnia Cię od konkretnej, pojedynczej interpretacji czytanego utworu i umożliwia przeprowadzenie głębszej analizy faktów przedstawionych w utworze. Wnioski wyprowadzone w jednej sytuacji potrafisz odnieść do innej. Ta zdolność może być pomocna wówczas, gdy interpretujesz dzieła literackie pod kątem ich moralnych i społecznych wartości. Być może przyszła Ci teraz do głowy myśl: „Interpretacja literatury? Rzeczywiście, niesamowicie ciekawe zajęcie... Musiałbym się naprawdę nudzić, żebym zwrócił na coś takiego uwagę”. Powinieneś jednak zdawać sobie sprawę z tego, że osiągnięcia w dziedzinie głębszego rozumienia literatury, poza wpływem na Twoją ocenę z języka polskiego, mają także inne, poważne konsekwencje w dalszych latach Twego życia. Mogą m.in. wywierać wpływ na to, jaki kierunek studiów wybierzesz i w jaki sposób zaplanujesz swoją karierę zawodową.

Rozwój spostrzeżeń

Inną zdolnością poznawczą, która osiąga w Twoim wieku coraz wyższy poziom rozwoju, jest *sposstrzeganie*. Staje się ono wielostronne w zakresie

treści i ukierunkowane w bardziej świadomy sposób na określony cel. Widzisz dokładniej i dostrzegasz więcej szczegółów. Dzieje się tak dlatego, że sprawność zmysłów osiąga w Twoim wieku swój szczytowy poziom. Co więcej, doskonalenie się Twojej *uwagi dowolnej* oraz procesów myślenia umożliwia Ci dokładniejszą analizę i syntezę spostrzeganej rzeczywistości. W procesie spostrzegania coraz większą rolę zaczyna pełnić zdolność prowadzenia *obserwacji*, czyli takiego spostrzegania, które staje się:

- ukierunkowane (np. „Muszę przyjrzeć się Madzi”),
- celowe („Chyba zbyt często spotyka się z Januszem”),
- planowe („Najwięcej dowiem się o nich siedząc pod salą, z której będą wychodzili”),
- systematyczne („Jeden raz to za mało, trzeba będzie to powtórzyć”).

Rozwój pamięci

A co dzieje się w tym okresie życia z Twoją *pamięcią*? Ona również podlega rozwojowi. Przejawia się to tym, że zaczynasz posługiwać się pamięcią logiczną (sensowną), czyli zapamiętujesz to, co rozumiesz, chociaż nadal rozwija się także Twoja pamięć mechaniczna. Zmienia się jednak funkcja obydwu rodzajów pamięci. Dawniej, żeby się czegoś nauczyć, musiałeś więcej „kuć”, teraz, dzięki rozwijającym się zdolnościom abstrakcyjnego myślenia, starasz się najpierw zrozumieć to, co masz zapamiętać, a zrozumienie nauczanego materiału ułatwia Ci lepsze jego zapamiętanie.

U osób w wieku 11–12 lat wzrasta też zdolność zapamiętywania słów abstrakcyjnych i od tego momentu umiejętność zapamiętywania materiału abstrakcyjnego rozwija się szybciej, niż materiału konkretnego. Warto też wiedzieć o tym, że pomiędzy rozwojem mowy i myślenia zachodzi ścisły związek, co także wpływa na rozwój Twojej pamięci. Jeżeli chcesz dobrze zapamiętać jakąś informację, to ujmujesz ją w słowa (tzw. *werbalizacja*), a następnie kilkakrotnie powtarzasz i w ten sposób trwale ją sobie zapamiętujesz. Zarazem *pamięć mimowolna* (spontaniczna) przekształca się w *pamięć dowolną*.

Ogólnie można też powiedzieć, że od tego, czy nauczyciele stosują właści-

we metody pracy szkolnej, zależy i to, jak ukształtują się Twoje sprawności poznawcze. Właściwe metody pracy umysłowej pomogą Ci:

- wykształcić pamięć logiczną,
- uświadomić sobie cel zapamiętywania,
- odkrywać sens logiczny i znaczenie zapamiętywanego materiału,
- podejść krytycznie do nauczanego i zapamiętywanego materiału,
- wiązać ze sobą różne treści,
- odróżniać ważniejsze informacje od mniej ważnych,
- w krótkiej tezie wyrazić większą partię materiału,
- uporządkować materiał w punktach itp.

Natomiast niewłaściwe metody pracy umysłowej sprzyjają utrwalaniu się nawyków posługiwania się pamięcią mechaniczną.

Wzrastające zdolności rozwiązywania sytuacji problemowych

Z pewnością doświadczyłeś już tego, że gdyby nie rozwój zdolności myślenia, to samo przyswojenie sobie umiejętności i wiedzy, nie wystarczyłyby Ci do rozwiązywania różnych problemów. Dzięki rozwojowi myślenia stajesz się zdolny do rozwiązywania coraz nowszych, trudniejszych problemów. (Teraz już się nie zastanawiasz, w jaki sposób przekonać mamę, aby kupiła Ci jakieś słodczyce, lecz „kombinujesz”, skąd wziąć pieniądze na nowy odtwarzacz.) Pomyślne rozwiązanie pojawiających się problemów przychodzi Ci z coraz większą łatwością i o ile wcześniej potrafiłeś rozwiązać problem tylko przy użyciu konkretnych przedmiotów, o tyle teraz jesteś w stanie rozwiązywać problemy za pomocą symboli wyrażonych w formie słownej lub matematycznej.

Zmienia się też sposób, w jaki rozwiązujesz problemy. Może nie zwróciłeś jeszcze na to uwagi, ale za każdym razem, gdy rozwiązujesz nowy problem, postępujesz według pewnego schematu, który składa się z następujących faz:

- dostrzegasz problem,
- analizujesz go,
- wymyślasz jakieś rozwiązanie,
- weryfikujesz swój pomysł, czyli sprawdzasz czy to, co wymyśliłeś, jest poprawne.

Kolejne fazy rozwiązywania problemu stopniowo wyodrębniają się w Twoim umyśle. W miarę, jak Twoje myślenie się usamodzielnia, osiągasz coraz większą świadomość procesu rozwiązywania problemu i możesz świadomie kontrolować kolejne fazy rozwiązywania sytuacji problemowej.

Przestajesz również dostrzegać wyłącznie to, co faktycznie *jest*, a zaczynasz zastanawiać się także nad tym, co *może się zdarzyć*. Ukierunkowanie Twego myślenia na sferę *możliwości* sprawia, że nie traktujesz pierwszego pomysłu rozwiązania problemu, który Ci przyszedł do głowy jako jedynie możliwego, lecz poszukujesz innych sposobów jego rozwiązania. Jeśli zdasz sobie sprawę z tego, że istnieje wiele możliwych rozwiązań problemu, nad którym pracujesz, to mobilizuje Cię to do poszukiwania kolejnych jego rozwiązań. Ma to szczególne znaczenie w sytuacji, gdy problem może mieć więcej niż jedno rozwiązanie. Postaraj się w takiej sytuacji dobrze zrozumieć pojęcie możliwości. Stanowi ono klucz do rozwoju zdolności *krytycznego myślenia*. Krytyczne myślenie polega na tym, że potrafisz traktować nowe informacje nie jako absolutnie pewne, lecz być może *zaledwie prawdziwe*, a pomysły jako *być może trafne*. Na przykład, kiedy słyszysz, że nowy kolega, który niedawno dołączył do Twojej klasy jest „głupi”, nie można się z nim dogadać i niczym nie chce się dzielić, to nie traktujesz opinii innych jako niepodważalnej, ale sam się przekonujesz, czy rzeczywiście jest tak, jak twierdzą koledzy. Zdanie wyrażone przez Twoich kolegów i koleżanki stanowi dla Ciebie zaledwie *hipotezę*, którą musisz sprawdzić, zanim uznasz ją za własną opinię. Takie myślenie nazywa się myśleniem *hipotetyczno-dedukcyjnym* i staje się ono charakterystyczne dla młodzieży w okresie dorastania.

Wiesz już, że proces rozwiązywania problemu przebiega w kilku fazach, a jedną z nich jest weryfikacja, czyli sprawdzanie poprawności wymyślonego przez Ciebie rozwiązania. Dzięki *hipotetyczno-dedukcyjnemu* charakterowi Twojego myślenia, ta faza rozwiązywania problemu staje się bardzo rozbudowana. Swoje pomysły rozwiązania problemu pierwotnie uznawałeś za złe lub dobre z uwagi na efekty, jakie przynosiły one w Twym praktycznym działaniu. Z czasem jednak zmieniasz sposób myślenia i zanim podejmiesz ostateczną decyzję co do słuszności wymyślonego przez Ciebie sposobu rozwiązania problemu, analizujesz najpierw w logiczny sposób wymyślone przez siebie rozwiązania. Możesz np. zastanawiać się nad tym, czy pójść do sklepu drogą główną czy przez park. W młodszym wieku prawdopodobnie myślałeś: „Drogą będzie krócej i szybciej, więc

idę drogą”. Jednak z wiekiem, kiedy rozwija się Twoje logiczne myślenie, patrzysz na ten problem szerzej i stwierdzasz: „Ostatnio szedłem drogą i czułem cały czas nieprzyjemny zapach spalin, a przejeżdżające auto ochłapało mnie błotem z kałuży, a żeby przejść na światłach, czekałem ponad 2 minuty. Jeśli ma się to powtórzyć, to już wolę pójść przez park”. Wybór właściwego rozwiązania problemu, poprzedzony logiczną analizą potencjalnych rozwiązań, jest szczególnie przydatny wtedy, gdy wprowadzenie w życie rozwiązania nieprzemysłanego pociągnęłoby za sobą duże straty czasu, wysiłku, finansów itp.

U nastolatków wzrasta też *systematyczność postępowania* we wszystkich fazach rozwiązywania problemów. Wynika to z faktu, że w Twoim wieku nie chcesz już pominąć żadnej informacji, która mogłaby okazać się przydatna w trakcie rozwiązywania problemu. Starasz się zrozumieć poszczególne zjawiska, ponieważ dostrzegasz ich wpływ na inne, bardziej złożone sytuacje. Możesz np. rozumować w taki sposób: „Widzę, że dzisiaj mama długo nie wraca z pracy. Oznacza to, że zapewne wróci zmęczona i raczej będzie miała zły humor. Wobec tego innym razem poproszę ją o pozwolenie na wyjazd pod namioty”. Umiejętność rozwiązywania problemów szczegółowych przydatna jest przy radzeniu sobie z problemami bardziej ogólnymi. Takie podejście jest możliwe dzięki rozwojowi procesu *integrowania się operacji umysłowych* oraz *kombinatorycznej analizie myślowej*. Wyjaśniając te terminy w sposób bardzo ogólny można stwierdzić, że kiedy byłeś młodszy, rozwiązywałeś problemy metodą prób i błędów, tzn. przyjmowałeś i stosowałeś pierwsze przychodzące Ci na myśl rozwiązanie. Natomiast obecnie zaczynasz analizować wszystkie dostrzeżone, możliwe rozwiązania problemu, po to, by wybrać najwłaściwsze z nich.

Rozwój zdolności językowych

Ważnym osiągnięciem omawianego tutaj okresu życia, jest nabywanie *umiejętności porozumiewania się za pomocą mowy pisanej*. W początkowym okresie opanowywania umiejętności pisania i czytania, gdy byłeś dzieckiem, nie traktowałeś tych umiejętności jako sposobu przyswajania sobie nowych informacji. Z czasem mowa pisana zaczyna pełnić funkcje komunikacyjne i regulacyjne, tzn. że możesz dzięki niej wydawać polecenia czy sformułować na piśmie instrukcje.

Pisemne porozumiewanie się eliminuje w procesie komunikowania się

potrzebę stosowania wskazówek pozawerbalnych. Odślania samowystarczalność mowy jako środka służącego do komunikacji społecznej. Opanowanie mowy pisanej przyczynia się z kolei do dalszego wzrostu precyzji w zakresie gramatycznej poprawności Twojego języka, zarówno pisanego, jak i mówionego.

W Twoim wieku nadal rozwija się tzw. *symboliczna funkcja języka*. Funkcja ta sprawia, że mowa staje się narzędziem myślenia. Zaczyna się ona rozwijać w miarę tego, jak dziecko odkrywa, że *słowa reprezentują, symbolizują* poszczególne obiekty poznania, tj. przedmioty, zdarzenia, czynności itp. Dzięki temu mowa wspomaga Twoje myślenie, stanowiąc niejako materialny odpowiednik Twoich spostrzeżeń, wyobrażeń, pojęć, sądów. W wieku dorastania rozwijają się także Twoje zainteresowania językiem oraz wrażliwość na jego stronę estetyczną. Dokonuje się to pod wpływem nauki szkolnej oraz Twoich kontaktów z literaturą piękną.

Twoje werbalne kontakty z otoczeniem wpływają nie tylko na to, ile mówisz, ale też na to, jak mówisz. Decyduje o tym jakość dostępnych Ci *wzorców wypowiedzi*. Ważne jest więc to, abyś przebywał często wśród ludzi, którzy posługują się poprawną (z punktu widzenia ogólnie przyjętych norm językowych) mową. Nie narażaj się na naśladowanie różnych błędów językowych bo one, niestety, bardzo się utralają. Mówiący często nie dostrzegają popełnianych przez siebie błędów. Uwolnienie się od błędnych nawyków językowych wymaga specjalnych ćwiczeń i treningów. Na jakość wzorców językowych składa się nie tylko ich poprawność pod względem reguł językowych, ale i bogactwo wypowiedzi, tj. złożoność wypowiedzi, różnorodność stosowanych słów i ich znaczeń. Brytyjski socjolog Basil Bernstein* zauważył, że ludzie wywodzący się z różnych klas społecznych, chociaż w zasadzie posługują się tym samym językiem, wypracowują odmienne sposoby mówienia. To swoje odkrycie Bernstein określił jako używanie różnych kodów językowych przez przedstawicieli różnych warstw społecznych. Badacz ten wyróżnił dwa, skrajnie odmienne, *rodzaje kodów językowych*: kod ograniczony i kod wypracowany.

Ograniczony kod językowy rozpoznajemy po ubogim słownictwie, dosłownych znaczeniach słów i często występujących w wypowiedziach zwrotach stereotypowych. Zdania budowane w tym kodzie są proste pod względem gramatycznym. Wypowiedzi realizowane w kodzie ograniczonym wspomagane są często przez gesty, mimikę czy intonację głosu. Wymie-

nione właściwości języka wynikają z faktu, że kod ograniczony służy celom praktycznym, czyli głównie porozumiewaniu się, a w znacznie mniejszym stopniu przekazywaniu informacji niezwiązanych bezpośrednio z działaniem czy wyrażaniem uczuć.

Natomiast *mowa wypracowana*, czyli *rozwinęty kod językowy*, w przeciwieństwie do kodu ograniczonego, jest bogata pod względem słownictwa, znaczeń używanych słów i zdań (np. to samo zdanie, sformułowane w kodzie rozwinętym, można zinterpretować na kilka różnych sposobów). Kod rozwinęty zawiera również liczne symbole. Ponadto mowa wypracowana jest wszechstronna pod względem jej użycia. Nie towarzyszą jej zazwyczaj żadne pozajęzykowe środki komunikacji. Można też powiedzieć, że mowa rozwinęta jest „wrażliwa” na informacje zwrotne, dostarczane przez odbiorcę wypowiedzi. To znaczy, że jeśli Kasia opowie Oli o wczorajszym występie swojej grupy marionetek stosując kod rozwinęty w swej wypowiedzi, to z pewnością będzie oczekiwała opinii koleżanki na przedstawiony jej temat.

Posługiwanie się *mową ograniczoną* nie jest wskazane. Z badań Bernsteina wynika, że posługiwanie się kodem ograniczonym zakłóca proces uczenia się, wpływa też niekorzystnie na dalszy rozwój Twojej mowy. Przy tej okazji warto też zwrócić Twoją uwagę na używanie tzw. *języka uczniowskiego*. Posługujesz się nim na co dzień w kontaktach z kolegami. Jak sądzisz, do którego kodu językowego jest on zaliczany? Słusznie przypuszczasz, że *język uczniowski* wykazuje, niestety, cechy *mowy ograniczonej*. Przejawia się to w ubogich, monosylabicznych wypowiedziach wspomaganych przez gesty i mimikę. Coraz częściej nastolatkom nie chce się używać takich słów, jak np. „dobrze, świetnie, wspaniale, niesamowicie”, bo można je sprowadzić do jednego wyrażenia „OK”. Takie słowo-wytrych zastępuje w sposób uogólniony wiele słów bliskoznacznych, redukując przy tym różnice występujące między nimi. Próby zwalczania języka uczniowskiego wydają się nie mieć większego sensu, ale jego niekorzystny wpływ na zachowania językowe uczniów trzeba minimalizować.

Kody językowe można też podzielić ze względu na rodzaj publiczności (tj. typ i liczbę odbiorców komunikatów), do której są adresowane. Autorem tego rozróżnienia jest polski badacz, Jerzy Jastrzębski*. Wyróżnił on kody o *szerokim i wąskim oddziaływaniu* na odbiorców wypowiedzi. Kod językowy o *szerokim oddziaływaniu*, to *kod masowego odbiorcy komunikatów*. Możesz zaobserwować, że *kody szerokie* mają wiele wspólnego z kodami

ograniczonymi. Są proste, oddziałują natychmiast, a do ich zrozumienia nie jest potrzebne wykształcenie. *Kody wąskie* natomiast nie są przeznaczone dla każdego odbiorcy wypowiedzi, a jedynie dla tych, którzy przyswoili sobie tenże kod dzięki stosownej nauce. Kody rozwinięte opierają się na podobnym, wspólnym doświadczeniu edukacyjnym lub intelektualnym rozmówców. Inaczej mówiąc: kiedy spotykasz osobę, której język jest na podobnym do Twego etapie rozwoju, łatwiej się porozumiecie.

Wypowiedzi w *ograniczonym* a zarazem *szerokim kodzie językowym* możesz usłyszeć w programach telewizyjnych czy audycjach radiowych. Natomiast kody rozwinięte, wąskie, charakteryzują m.in. poprawną komunikację w czasie lekcji szkolnych.

Warto jest poznać też opinię innego polskiego badacza, Bożydara L. Kaczmarka*, na temat ograniczonego kodu językowego. Jego zdaniem, *ograniczony kod językowy* posiada charakterystyczne właściwości, takie jak:

- stosowanie krótkich zdań,
- ubogie słownictwo,
- wulgaryzmy,
- niedomówienia,
- barwne wyrażenia,
- wyrazy o szerokim znaczeniu.

Profesor Kaczmarek ubolewa nad tym, że chociaż *ograniczony kod językowy* może być wprawdzie barwny, ale używanie go prowadzi do zubożenia myślenia oraz braku refleksji nad światem i nad samym sobą. Pamiętaj, że posługując się kodem *ograniczonym*, nie potrafisz *wyrażać poprawnie swoich uczuć* ani *opisywać złożonych zjawisk otaczającego świata*. Dotyczy to nie tylko sytuacji pisania wypracowań szkolnych, ale ogólnie – komunikowania się w różnych sytuacjach. *Ograniczony kod językowy* uniemożliwia też dokonanie skutecznej *autoportretyzacji*, czyli stworzenia wizerunku samego siebie, a to jest przecież podstawą odnoszenia sukcesów w szkole, a potem w życiu zawodowym.

Innym zagrożeniem dla rozwoju języka poprawnych wypowiedzi, może być zbyt częste używanie *Internetu i telefonu komórkowego*. Dzieje się tak dlatego, że korzystając z Internetu, posługujemy się *językiem kodu ograniczonego*, co niekorzystnie wpływa na nasze myślenie. Wywołuje to takie ujemne skutki, jak:

- brak wglądu w komunikowane treści oraz swoje intencje komunikacyjne,
- dominację myślenia konkretnego nad abstrakcyjnym,
- nadmierną pewność siebie (nie zawsze uzasadnioną),
- apodyktyczność,
- wiarę w jedyną prawdę,
- moralność zewnętrzną,
- kształtowanie się w umyśle uproszczonego obrazu świata.

Zauważ, że ludźmi przejawiającymi taki sposób myślenia łatwiej jest kierować i rządzić. Łatwo poddają się oni wszelkiego typu manipulacjom i ulegają czarowi obietnic. Trudno też oczekiwać, że będą się wykazywać inicjatywą i pomysłowością.

Kolejnym zagrożeniem dla prawidłowego rozwoju Twojego języka i związanego z nim myślenia jest powszechne używanie przez młodzież *telefonów komórkowych*. Powoduje to zmianę sposobu komunikowania. Zapewne sam też częściej przekazujesz informacje przez telefon niż piszesz listy, bo jest to szybszy i łatwiejszy sposób porozumiewania się. Powszechne używanie tych mediów przez młodzież spowodowało dominację języka młodzieżowego, można wręcz stwierdzić, że powstała moda na ten typ komunikacji. Pisanie esemesów czy korzystanie z internetowych komunikatorów typu Gadu-Gadu, wymusza tworzenie maksymalnie zwięzłych tekstów. W tym celu stosujesz różne skróty lub ciągi znaków, które są zrozumiałe tylko dla wtajemniczonych. Kształtuje się więc specyficzny język użytkowników sieci, charakteryzujący się kilkoma właściwościami:

- odstępstwem od zasad ortograficznych,
- wprowadzaniem tzw. emotikonów,
- silnym oddziaływaniem języka angielskiego,
- częstym stosowaniem skrótów.

Nie da się ukryć, że kod ograniczony zdominował nasz język, a to, niestety, bardzo go słyca i ujednolica. Warto, abyś dostrzegł jeszcze jedną właściwość języka, a mianowicie to, że język ma charakter społeczny. Oznacza to, że kształtuje się on w procesach realnego współdziałania z ludźmi. Jego rozwój zależy również od Ciebie, ponieważ aktywne kontakty młodzieży z innymi ludźmi sprawiają, że rozwój języka jest kontynuowany.

6.5. Kształtowanie się zainteresowań nastolatków

Podobnie jak wiele innych osób, zapewne i Ty masz jakieś hobby, swoje zainteresowania, coś, co najbardziej lubisz robić albo kolekcjonować czy też po prostu pogłębiać wiedzę na jakiś interesujący Cię temat. To bardzo dobrze! Zainteresowania stanowią ważną cechę Twojej osobowości. Wyzwalają one chęć głębszego poznania i większej aktywności w dziedzinie, którą się interesujesz, podczas gdy inne dziedziny działań traktujesz bardziej wybiórczo. Twoje zainteresowania sprawiają, że dostrzegasz określone problemy i dążysz do ich bliższego poznania, zbadania i rozwiązania. Mogą też wyzwać u Ciebie różnego rodzaju emocje, np. gdy z okazji urodzin dostałeś najnowszą płytę ulubionego zespołu, o której marzyłeś już od miesiąca, czujesz się z tego powodu najszcześliwszą osobą na świecie. Sytuacja może być inna, gdy spodziewałeś się takiego właśnie prezentu, ale Twoje przewidywania się nie sprawdziły i jest Ci bardzo smutno z tego powodu.

Z wiekiem nasze zainteresowania się zmieniają. Staje się to szczególnie widoczne w okresie dorastania. Dzieje się tak, ponieważ rozwijasz się fizycznie i doskonalisz swoje zdolności poznawcze, takie jak myślenie czy orientacja w życiu społecznym. Jako mała dziewczynka godzinami bawiłaś się lalkami a obecnie, kiedy jesteś znacznie bardziej dojrzała i odpowiedzialna, można powierzyć Ci opiekę nad młodszym rodzeństwem.

Inaczej niż to było we wcześniejszych stadiach rozwojowych, przestajesz interesować się w sposób powierzchowny otaczającymi Cię zjawiskami, a zaczynasz koncentrować się na określonych dziedzinach, czasami silnie się w nie angażując.

Zastanawiając się nad tym, jakie zagadnienia w sposób szczególny interesują nastolatków, widzimy, że można je podzielić na cztery grupy. Są to zagadnienia:

1. związane z rozwojem psychicznym, sferą przeżyć osobistych, rozwojem własnej osobowości i samoświadomości nastolatków,
2. wyłaniające się na tle wzrastającej potrzeby przebywania z osobami płci odmiennej (przeżycia uczuciowe i seksualne),
3. wynikające z Twego rozwoju społecznego i moralnego (związane z przynależnością do grup rówieśniczych, wybranej organizacji, klasy szkolnej, wynikające z konieczności wyboru dalszej drogi kształcenia),

4. związane z przyswajaniem dóbr kultury, koniecznością dokonywania ważnych wyborów (społecznych, moralnych, dotyczących dalszego kształcenia) oraz z kształtowaniem się światopoglądu.

Poza tymi ogólnymi zainteresowaniami, wspólnymi dla większości nastolatków, w okresie dorastania obserwujemy także indywidualne różnicowanie się zainteresowań poznawczych, kształtujących się pod wpływem nauki szkolnej, działalności pozaszkolnej, mediów, Internetu. Zainteresowania kształtują się również w zależności od stylu wychowania, uzdolnień i szerokich oddziaływań kulturowych. Sam najlepiej dostrzegasz, jak zaczynają się różnicować zainteresowania Twoje, Twoich koleżanek i kolegów przedmiotami szkolnymi, ale i innymi zagadnieniami, nie związanymi z nauczaniem szkolnym, np.: humanistycznymi, przyrodniczymi, matematyczno-fizycznymi, technicznymi (mechanika samochodowa, modelarstwo lotnicze), elektronicznymi (technika komputerowa), artystycznymi (muzyka, plastyka, teatr), turystycznymi czy sportowymi. Zaczynasz też zwracać uwagę na wydarzenia polityczne i naukowo-techniczne rozgrywające się w skali świata, przejawiasz również swoje prywatne zainteresowania, np. różnego rodzaju rozrywkami.

To bardzo dobrze, że fascynuje Cię to, co robisz. Rozwijaj swoje zainteresowania z pasją i nie zniechęcaj się pomimo napotkanych przeszkód. Uważaj jednak, aby Twoje hobby nie przeszkadzało Ci w pracy szkolnej i żeby nie oddzielało Cię od innych, ważnych dziedzin życia. Posiadanie zainteresowań jest czymś niezmiernie pozytywnym, między innymi dlatego, że mogą Ci one ułatwić wybór przyszłego zawodu i stworzyć szanse bardziej efektywnej pracy w ulubionej dziedzinie. Zainteresowania przyczyniają się również do poszerzania Twoich doświadczeń, pogłębiając Twoją wiedzę i kształtując osobowość. Działania związane z zaspokajaniem zainteresowań pochłaniają nadwyżkę Twojej energii, której, jak każdy młody człowiek, masz w sobie dużo i która bez tych pozytywnych zainteresowań, mogłaby zostać ukierunkowana na niewłaściwe tory. Dlatego rozbudzaj i rozwijaj swoje wartościowe zainteresowania, wzbogacając nimi swoją młodość.

6.6. Budowanie osobowości w okresie dorastania

W okresie dorastania zachodzą zmiany we wszystkich obszarach Twojej psychiki. Zmiany te nasilają się i wzajemnie na siebie oddziałują. W oparciu o te zmiany młody człowiek buduje *poczucie własnej wartości*, a więc okre-

śła to, jak bardzo lubi samego siebie jako człowieka, czy jest szczęśliwy i czy podoba mu się jego dotychczasowe życie. W tym budowaniu *poczucia własnej wartości* bardzo ważne jest to, abyś miał przekonanie, że realizujesz swoje osobiste cele i osiągasz to, co jest dla Ciebie ważne. W procesie tym liczy się także poczucie udzielanego Ci wsparcia społecznego. W związku z tym dużego znaczenia nabiera Twoja umiejętność włączania się w różne grupy społeczne. Twoje relacje z kolegami stają się intensywniejsze nie tylko dlatego, że coraz większego znaczenia nabiera dla Ciebie zdobywanie akceptacji Twoich rówieśników, ale też z powodu narastającej potrzeby dzielenia się z kolegami swoimi nowymi doświadczeniami i uczuciami. W tym okresie życia rówieśnicy i grupy rówieśnicze dają nastolatkom – dążącym do uzyskania niezależności od rodziny i poczucia autonomii – oparcie i poczucie bezpieczeństwa. Ponadto grupy rówieśnicze dostarczają pewnych modeli i wzorców zachowań młodym ludzi, którzy chcą ustalić swoje poczucie tożsamości.

W tym okresie życia obserwujesz u siebie i swoich rówieśników fascynację ubiorem i wyglądem. Coraz częściej zdarzają Ci się również awantury domowe z powodu nie zgazzonego światła, targowanie się o pozwolenie rodziców na wyjście z domu, możliwość skorzystania z rodzinnego samochodu czy prowadzenie długich i częstych rozmów przez telefon.

Ostatecznie okazuje się, że jednym z głównych procesów rozwojowych charakterystycznych dla Twojego wieku, jest *kształtowanie się poczucia tożsamości*. Jest to procedura oczyszczania i integrowania się Twego własnego „ja”. Zdarza Ci się zapewne rozważać i poddawać analizie Twoje dawne postawy i wartości, podobnie jak i te nowoprzyjęte. Proces ten wymaga poważnego myślenia i refleksji.

Ten dynamiczny rozwój osobowości, charakterystyczny dla Twego wieku, dokonuje się w ramach tzw. *procesu socjalizacji*, czyli Twojego coraz szerszego włączania się w życie społeczne. Informacje zwrotne i wzmocnienia, jakie otrzymujesz w tym czasie od innych rzutują na to, jak postrzegasz samego siebie. Twoje lepiej już rozwinięte umiejętności poznawcze i społeczne pozwalają Ci na analizowanie swoich zachowań oraz zachowań innych osób z większym zrozumieniem i świadomością. Krótko mówiąc, Twoje zmieniające się fizyczne, umysłowe oraz emocjonalne „ja” wpływa na rozwój zainteresowań płcią odmienną, na relacje, jakie kształtują się w Twojej rodzinie oraz na Twój ogólny rozwój społeczny.

7. ODDZIAŁYWANIA SPOŁECZNE NA ROZWÓJ NASTOLATKA – WPŁYW RODZINY, SZKOŁY, GRUP RÓWIEŚNICZYCH

Rodzina a nastolatek

Zapewne dostrzegasz, że w okresie Twego dorastania zmieniają się relacje, jakie kształtują się pomiędzy Tobą a Twoją najbliższą rodziną. Kształtują się one w nieco odmienny sposób, niż to było do tej pory. Dorastająca młodzież, a więc i Ty również, poszukuje *autonomii*, czyli poczucia niezależności oraz *indywidualności*. *Indywidualność* polega na tym, że zaczynasz odróżniać swoje postawy i przekonania od postaw i przekonań innych osób, nade wszystko Twoich rodziców. Na przykład, postanowiłeś włożyć zieloną bluzkę i czerwone spodnie. Rodzice mówią Ci, że to nie jest dobry pomysł, lecz Ty nie chcesz ubierać się pod niczyje dyktando, wkładasz więc zieloną bluzkę i czerwone spodnie. W tym okresie życia zarazem jednak zaczyna także stopniowo wzrastać Twoja odpowiedzialność. Na przykład, gdy podczas meczu piłki rozgrywanego na boisku szkolnym zdarzy Ci się niechcący rozbić szybę w oknie, dyrektor szkoły nie wzywa już Twoich rodziców, aby wyjaśnić tę sprawę, jak to bywało gdy byłeś młodszy, ale pociąga Ciebie do odpowiedzialności.

W miarę rozwoju poczucia odpowiedzialności dorastającej młodzieży, zmieniają się relacje pomiędzy dorastającymi a ich rodzicami. Młodzież dąży w tym czasie do uzyskania możliwie jak największej niezależności, na co rodzice reagują w pewien określony sposób. Konfrontacja tych dwóch postaw: rodziców i Twojej, zaczyna kształtować atmosferę, jaka panuje w tym czasie w Twoim domu. Pamiętaj, że wielu rodziców także musi się odnaleźć w tej nowej dla nich sytuacji. Wielu z nich odnajduje się w niej dobrze, niektórzy jednak przejawiają postawy nadmiernie opiekuńcze (ochronne) wobec swoich dorastających dzieci. W ten sposób mogą utrzymywać nadmierną zależność tych dzieci od siebie.

A zatem, w okresie Twego dorastania, także i Twój rodzice stają w obliczu nowych, ważnych zadań. Muszą wypracować sobie nowy sposób wglądu w Twoje zachowanie. Być może odbierasz ich zachowanie jako „tajny plan ataku na swoją wolność”, lecz jeśli zastanowisz się przez chwilę, to przyznasz, że jednak rodzice wspomagają Cię w wielu różnych sytuacjach i aby pomoc ta mogła być skuteczna, muszą znać Twoje plany i działania. Postrzegasz życie nieco inaczej niż Twoi rodzice, bo obraz rzeczywistości

dorastającej młodzieży różni się od spostrzeżeń osób dorosłych. Jednakże, pomimo tych różnic, Twój rodzice stanowią dla Ciebie ważny autorytet. To oni pomagają Ci odnaleźć swoje miejsce w społeczeństwie. Badania psychologiczne wykazały, że zdecydowana większość młodzieży w Twoim wieku deklaruje zaufanie wobec swoich rodziców i twierdzi, że zawsze może zwrócić się do nich z prośbą o radę w wielu istotnych kwestiach. Jeśli tak kształtują się Twoje relacje z rodzicami, to w Twojej rodzinie pozostaną nadal pozytywne i ciepłe więzi emocjonalne.

Niestety, czasami atmosfera w domu bywa niemiła. Dzieje się tak m.in. wtedy, gdy rodzice dążąc do utrzymania dyscypliny, wybierają niewłaściwe metody oddziaływania na dorastające dzieci. Szczególnie trudna staje się sytuacja wówczas, gdy nie ma wzajemnego zrozumienia między rodzicami a dziećmi. Kluczem do budowania dobrych rodzinnych relacji powinno być prawidłowe, szczere komunikowanie się pomiędzy członkami rodziny oraz zdolność do przejawiania *empatii*¹.

Niezależnie jednak od dobrych chęci zarówno rodziców, jak i dorastających, konflikty nastolatków z rodzicami zdarzają się stosunkowo często, a ich przyczynami najczęściej są:

- zachowania seksualne,
- potrzeba otrzymywania coraz większych pieniędzy od rodziców,
- sposób ubierania się,
- używanie narkotyków,
- brak postępów w nauce,
- nawiązywanie przyjaźni nieakceptowanych przez rodziców,
- pożyczanie samochodu od rodziców bez ich wiedzy i zgody itp.

Często spory dotyczą także przyjmowanego przez dorastających *systemu wartości*. Stosunkowo często dorastający odrzucają system wartości uznawany przez ich rodziców, dążąc do wykreowania własnego. Negocjowanie w tej kwestii bywa trudne, bo żadna ze stron nie zamierza rezygnować ze swojego stanowiska. Jednakże zbudowanie porozumienia w rodzinie w kwestii systemu norm i wartości jest na tyle ważną sprawą, że zdecydowanie należy zmierzać do osiągnięcia takiego porozumienia.

1 empatia – zdolność rozumienia innych ludzi, umiejętność wczuwania się w ich potrzeby i uczucia

Zdarza się niestety, że w efekcie nieporozumień rodzinnych, pewna liczba młodocianych ucieka z domu i w różnych miejscach, najczęściej u swoich znajomych, szuka schronienia. Celem takich ucieczek może być: chęć uniknięcia oddziaływania rodziców czy posmakowanie „całkowitej” wolności. Niektórych nastolatków pociąga seks, narkotyki, chęć przeżycia przygody. Konsekwencją takich ucieczek bywa niekiedy wyrzucenie uciekiniera poza nawias rodziny.

Zazwyczaj młodzież uciekająca z domu nie osiąga zamierzonego celu, czyli pozyskania swobody działań i poczucia wolności. Często okazuje się, że presja wywierana na młodocianego w celu skłonienia go do dostosowania się do norm panujących w grupie, którą wybrał, bywa silniejsza niż ta, jaką odczuwał w domu. W ten sposób pragnienie bycia z innymi przeradza się w nowy rodzaj zależności. Bywa też i tak, że sam Twój zamiar uzyskania większej niezależności w rodzinie wywołuje specyficzne konflikty w domu. Dzieje się tak dlatego, że z jednej strony rodzice nie mogą Cię już traktować jak małe dziecko, z drugiej jednak nie mogą też uznać Cię za w pełni dorosłego. Moment osiągnięcia pełnej dorosłości bywa jednak trudny do określenia. Dzieje się tak m.in. dlatego, że dorastająca młodzież przejawia tendencję do wybierania zaledwie pozornych oznak swej niezależności i w rezultacie tego pomniejsza możliwości swego głębszego rozwoju psychicznego.

Wiele przykładów wskazuje na fakt, że źle rozwiązane konflikty w okresie dorastania, zwłaszcza konflikty rozgrywające się w rodzinie, pociągają za sobą bardzo negatywne konsekwencje dla dalszego rozwoju osoby młodocianej.

Wpływ szkoły na rozwój dorastającej młodzieży

„Znowu do szkoły... Nie, ja nie chcę! Po co mi to?” – takie myśli zapewne dosyć często przemykają przez Twoją głowę. Tymczasem szkoła ma przygotować Cię do efektywnego funkcjonowania w społeczeństwie. Dlatego nauczyciele starają się pomóc Ci w przyswojeniu sobie jak największej ilości wiedzy. Szkoła spełnia również inne, ważne funkcje w Twoim życiu. To w szkole kształtujesz swoją osobowość, rozwijasz się społecznie, budujesz swoją samoocenę. Szkoła to także miejsce podejmowania przez Ciebie różnych dyskusji, w toku których kształtują się Twoje pomysły, idee i koncepcje. To w jej murach zawierasz znajomości i przyjaźnie, a niektóre

z nich mogą trwać przez długie lata. Przebywając z rówieśnikami nabierasz wrażliwości na zachowania i potrzeby innych osób, rozwijasz też swe umiejętności komunikacji językowej.

Czasami wydaje Ci się, że chodzisz do szkoły tylko dlatego, że nie masz innego wyjścia. Nikt nie pozostawia Ci wolnego wyboru w sprawie uczęszczania na zajęcia szkolne. A jednak efekty Twojej edukacji zależą w znacznej mierze od Ciebie. Mają na nie wpływ również Twoje relacje z nauczycielami. Zapewne najbardziej lubisz nauczycieli opanowanych, zrównoważonych, przyjacielskich. Wiadomo też, że system funkcjonowania uczniów w klasie szkolnej ma zazwyczaj charakter *demokratyczny* (np. wszyscy decydują o tym, kto ma być przewodniczącym klasowym lub na kiedy przełożyć sprawdzian z określonego przedmiotu) i zarazem *integracyjny*, tzn. że aby osiągnąć konkretny cel w zespole klasowym, konieczna staje się wzajemna, klasowa współpraca. Taki system szkolnego funkcjonowania daje uczniom szansę rozwijania umiejętności współdziałania, uwrażliwia ich na cechy i potrzeby innych ludzi i kształtuje relacje sprzyjające rozwiązywaniu zadań.

Jak wiemy, jednym z najistotniejszych zadań rozwojowych okresu dorastania staje się ukształtowanie *poczucia własnej tożsamości*. W realizowaniu tego zadania mogą być pomocni zarówno nauczyciele, jak i szeroko pojęte środowisko szkolne.

Wpływ grupy rówieśniczej na rozwój dorastających

Czy zastanawiałeś się kiedyś nad tym, na czym polega *proces socjalizacji*? Najprościej można powiedzieć, że jest to proces kształtowania się osobowości, który zachodzi pod wpływem środowiska społecznego. *Proces socjalizacji* ma dla Ciebie bardzo istotne znaczenie, a grupa rówieśnicza stanowi czynnik, który wywiera wpływ na przebieg Twojej socjalizacji. W czasie, kiedy pod względem społecznym i emocjonalnym stajesz się coraz mniej zależny od swojej rodziny, miejsce rodziny zajmują Twoi rówieśnicy. Wybierasz sobie określone towarzystwo przyjaciół. Zazwyczaj czynisz to w taki sposób, aby osoby, które wybrałeś, prezentowały podobne do Twoich postawy i przeżywały podobne do Twoich uczucia. To sprawia, że dobrze się rozumiecie w grupie, czujesz się w niej bezpiecznie. Jeżeli kogoś z koleżanek i kolegów, a może i całej grupy, nie polubisz, to odnosisz się do nich krytycznie i poszukujesz innego kręgu przyjaciół. Poprzez

dobieranie sobie znajomych, których lubisz i którym ufasz, tworzysz sobie tzw. *sieć społeczną*, dającą Ci poczucie oparcia, akceptacji i przyjaźni.

Z pewnością dostrzegasz też, że w gronie Twoich znajomych, jedni znajdują się nieustannie w centrum zainteresowania, a inni nie cieszą się zbyt dużym zainteresowaniem rówieśników lub znajdują się w ogóle poza kręgiem ich zainteresowania. Pozycja w grupie przyjaciół zależy m.in. od tego, na ile rozwinęły się w członkach grupy zdolności *spostrzegania społecznego*, tj. wnikliwego spostrzegania osób, ich zachowań, przekonań, postaw, cech. Zazwyczaj nastolatki nie lubią „odstawać” od innych. Dostosowują się więc do reguł i wymagań grupy, do której wchodzi, w przeciwnym bowiem razie mogą narazić się na zlekceważenie i wyśmianie przez pozostałych członków grupy. (Jest więc bardzo prawdopodobne, że jeśli spodobały Ci się takie buty, jak te, które Twoja koleżanka właśnie skrytykowała, to raczej ich nie kupisz, bo nie chcesz, aby wyśmiewała się z ich na szkolnym korytarzu.)

Grupy nastolatków chętnie spędzają wspólnie czas wolny np. w parku, na boisku, w mieszkaniu kogoś z grupy itp. Wpływ grupy na zachowanie się nastolatków jest bardzo duży. Być może miałeś czasem ochotę postąpić inaczej, niż czynią to Twoi koledzy, ale nie uczynisz tego, bo nie chcesz zostać wykluczony. Spędzasz więc czas w taki sposób, jak tego życzy sobie grupa, do której przynależysz. Teraz być może wyraźniej dostrzegasz ten fakt, że w okresie dorastania akceptacja (lub odrzucenie) przez grupę rówieśniczą bardzo wyraźnie wpływa na rozwój i poziom Twojej samooceny.

8. PROCES FORMOWANIA SIĘ TOŻSAMOŚCI MŁODZIEŻY GIMNAZJALNEJ

Najważniejsze zadanie, przed jakim obecnie stoisz, to ukształtowanie własnej *tożsamości*. Wspominaliśmy już o tym wcześniej, ale warto zwrócić uwagę raz jeszcze na parę istotnych kwestii z tym związanych. Proces o którym mowa, tj. *kształtowanie własnej tożsamości*, rozpoczyna się w okresie dorastania, a kończy około 30 roku życia. Jest to czas podejmowania nowych zaangażowań, podejmowania ryzyka i dokonywania wyborów, które mogą okazać się dobre lub złe. To podejmowanie decyzji i działań umożliwia Ci określenie samego siebie. Pozwala Ci odkryć, kim jesteś i co potrafisz zrobić oraz porównać własną wizję siebie z tym, jak Cię

postrzegają inni. W zależności od indywidualnych możliwości poszczególnych osób, nabywanych przez nie doświadczeń oraz warunków, w jakich podejmują swoje działania we wszystkich obszarach życia, szanse na osiągnięcie dojrzałej tożsamości mogą być indywidualnie zróżnicowane.

W procesie formowania się naszej *tożsamości* wyróżniamy dwa podstawowe kroki: *eksplorację* oraz *zobowiązanie*. *Eksploracja* to okres aktywnego poszukiwania, eksperymentowania, próbowania, sprawdzania, testowania samego siebie, swoich możliwości oraz relacji łączących Cię z innymi ludźmi. Jest to ten czas, w którym szukasz swojego miejsca wśród znajomych, próbujesz sił w różnych konkursach i zawodach lub zapisujesz się do różnych kółek zainteresowań, aby przekonać się, co tak naprawdę Cię zainteresuje. Robisz to wszystko po to, aby w drugim kroku podjąć *zobowiązanie*, czyli dokonać wyboru, podjąć decyzję i przyjąć na siebie wszelkie jej konsekwencje. Do zrealizowania tych dwóch kroków potrzebne są Ci jeszcze: przyzwolenie otoczenia, w którym żyjesz na realizację Twoich pomysłów oraz czas na ich realizację. Ten okres kształtowania się dojrzałej tożsamości, zainteresowany tym procesem psycholog Erik Erickson* nazwał – czasem *moratorium*. *Moratorium* to zaprogramowane opóźnienie wpisane w schemat rozwoju naszej tożsamości, naszego statusu społecznego i kulturowanych przez nas zwyczajów kulturowych. W tym właśnie okresie życia masz czas na to, aby zastanowić się nad drogą, którą chciałbyś kroczyć w życiu, a więc m.in. nad tym: czy i jakie podejmiesz studia, jaki wybierzesz zawód itp. W tym czasie dokonujesz też wyboru ludzi, którym ufasz i tych, którzy są dla Ciebie autorytetami. Aby ten wybór był trwały, potrzebujesz czasu do namysłu i spojrzenia na problemy z różnych perspektyw.

Jak każdy młody człowiek masz swoją własną drogę rozwoju, którą pokonujesz w indywidualnym tempie. Na którymś z etapów tego rozwoju możesz na chwilę przystanąć. Mówi się wtedy, że dorastający zatrzymał się na etapie *tożsamości rozproszonej, lustrzanej lub moratoryjnej*. Zdarza się też, że ktoś cofa się do wcześniejszych etapów rozwoju swojej tożsamości lub pomija któryś z nich. Zdarzają się takie przypadki. Wynika to m.in. z tego faktu, że okres *moratorium* w rozwoju tożsamości, we współczesnym złożonym i skomplikowanym świecie wydłuża się. Taka sytuacja powoduje trudności w dokładnym określeniu momentu, w którym wchodzi się ostatecznie w dorosłość.

Jak już wspominaliśmy wcześniej, formowanie się dojrzałej *tożsamości* roz-

poczyna się od etapu tzw. tożsamości rozproszonej. W tym okresie obserwujesz wyraźne zmiany Twego ciała. Jeżeli uznasz, że zmiany te wystąpiły nie w porę, np. zbyt wcześnie, to będziesz robił wszystko, aby powrócić do poprzedniego stanu swego organizmu, choć wiesz przecież, że jest to niemożliwe. Pojawia się również problem radzenia sobie z emocjami i napięciami charakterystyczny dla tego okresu rozwoju. Związane są one z tym, że odczuwasz swoje ciało jako obce lub postrzegasz siebie jako kogoś innego, kogoś kim Ty, jak Ci się zdaje, nie jesteś. Towarzyszy Ci wówczas apatia, koncentrowanie się tylko i wyłącznie na sobie, brak zainteresowania swoim przyszłym życiem, rozproszenia uwagi, zmiana form zachowania się w sposób niezrozumiały dla otoczenia. Okres przeżywania stanu *rozproszonej tożsamości* bywa na tyle trudny, że usiłujesz szybko odnaleźć coś, co pomoże Ci określić, kim faktycznie jesteś, aby w ten sposób poczuć się lepiej. Poszukujesz wówczas określonych idei oraz osób, które Cię zaakceptują i które zwolnią Cię w ten sposób od dalszego poszukiwania tego, kim faktycznie jesteś. Jeżeli uda Ci się odnaleźć takie osoby, wkraczasz wówczas w etap *tożsamości lustrzanej (przybranej)*, co oznacza, że przyjmujesz bezkrytycznie czyjeś standardy oceniania, reguły postępowania, podejmowane decyzje dotyczące wyboru zawodu czy przekonania religijne.

W tej fazie rozwoju, młody człowiek idealizuje niekiedy pojedyncze osoby lub całe grupy, z którymi się identyfikuje. Jest się też wtedy mocno przywiązany do aktualnej sytuacji życiowej i broni się przed kolejnymi jej zmianami. Dlatego Twoje zachowanie w tym czasie może stać się nieco *sztuczne*. Manifestujesz wówczas wierność swoim poglądom. Możesz też manifestować nadmierne przywiązanie do np.:

- posiadania pewnych rzeczy, np.: motocykla, kolekcji płyt itp.,
- zachowywania się w określony sposób (często nie akceptowany przez otoczenie),
- sprzeciwiania się osobom wyżej usytuowanym w hierarchii ważności (dla udowodnienia im i sobie swojej od nich niezależności),
- identyfikowania się z idolem,
- odrzucania wszystkiego, co nie pasuje do Twojej własnej ideologii świata.

Rozczarowanie związane z tym okresem rozwoju tożsamości i dokonywanymi w tym czasie wyborami, pozwolą Ci przejść na poziom *tożsamości*

moratoryjnej (odroczonej). Jest to taki czas, w którym w ramach dostępnej oferty, poszukujesz czegoś dla siebie. Dostrzegasz już wówczas więcej niż jedną możliwość wyboru i poszukujesz jak najwłaściwszego rozwiązania. Twoi rodzice w tym okresie także stają w obliczu pewnego problemu, gdyż bardzo szybko zaczynasz zmieniać swoje poglądy. To, że angażujesz się w skrajnie odmienne ideologie jest również bardzo charakterystyczne dla tego okresu rozwoju. Może Cię to z czasem napawać pewnymi obawami, ale jest też niezbędne do tego, żebyś mógł wybrać w końcu to, na czym Ci naprawdę zależy i przekonać się o wartości swego wyboru.

Dopiero wówczas, gdy przejdziesz przez okres *moratorium* w procesie rozwoju tożsamości, masz szansę osiągnąć *tożsamość dojrzałą*. Oznacza to, że po okresie poszukiwań podejmiesz ostateczne zobowiązania odnośnie do tego, kim chcesz być, jaki chcesz być, co chcesz w życiu robić. Kiedy Twoja tożsamość będzie już miała uformowaną strukturę, w jej ramach scalą się Twoje dotychczasowe doświadczenia, co pozwoli Ci na dokonywanie wyborów i konsekwentne podążanie wybraną drogą. Uczyni Cię to gotowym do ponoszenia konsekwencji własnych działań oraz brania odpowiedzialności za siebie i tych, którym powierzono Twojej opiece.

A zatem, najważniejszym zadaniem okresu dorastania jest uformowanie własnej tożsamości. Będzie ona dla Ciebie drogowskazem, który nie pozwoli Ci zabłądzić na krętych drogach życia.

Kluczową kwestią w okresie dorastania jest więc umiejętne korzystanie z okresu *moratorium*. Poprzez dokonywanie różnych eksperymentów, sprawdzanie swoich sił, wizji i możliwości, weryfikujesz swoje wyobrażenia o sobie samym i świecie. Na przykład, usłyszałeś od kolegi, że warto jest zaangażować się w wolontariat, by w ten sposób pomagać osobom niepełnosprawnym. Postanawiasz sprawdzić, czy rzeczywiście jest to zadanie dla Ciebie, czy sobie z nim poradzisz. Takie działanie musi być jednak objęte refleksją. Ze wszystkich działań, jakie podejmujesz, musisz wyciągać wnioski. Dzięki temu każda Twoja kolejna decyzja może być coraz bardziej trafna i dojrzała. To daje nadzieję, że Twoje myślenie moralne i Twoja tożsamość, ukształtują się na wysokim poziomie.

8.1. Rozwój moralny we wczesnym okresie dorastania

Umiejętność rozróżniania w życiu dobra i zła to bardzo ważna cecha, dlatego chcemy zwrócić Twoją uwagę na proces rozwoju moralnego. Interese-

sujące badania w tym zakresie prowadzili dwaj psychologowie: Jean Piaget* i Lawrence Kohlberg*. Kohlberg prowadził swoje badania w następujący sposób: opowiadał osobom badanym historie pewnych osób postawionych w sytuacji dylematów moralnych, a następnie prosił swoich słuchaczy o opinie dotyczące tego, jak powinna zachować się osoba znajdująca się w sytuacji przedstawionej w opowiadaniu. Na podstawie wypowiedzi uzyskanych od badanych osób, Kohlberg doszedł do wniosku, że każdy z nas pozostaje na jednym z trzech poziomów rozwoju moralnego. Ich charakterystyka przedstawia się w następujący sposób:

1. **Poziom moralności przedkonwencjonalnej:** u osób pozostających na tym poziomie rozwoju moralnego dominuje idea, że za dobre zachowania jest się nagradzany a za złe karany, przy czym właściwe zachowania to takie, które zaakceptuje uznany autorytet (na przykład podzieliłeś się kanapką z głodnym kolegą, bo on też Ci pomaga, gdy Ty jesteś w potrzebie. Jeśli nie podzielił się z nim, to nie możesz liczyć na jego pomoc, lub: podzieliłeś się z kolegą, ponieważ ktoś, kogo zdanie cenisz, chwali Cię za to, że potrafisz dzielić się z innymi tym, co masz).
2. **Poziom moralności konwencjonalnej:** osoby na tym poziomie rozwoju moralnego postępują zgodnie z normami społecznymi, na przykład przestrzegają normę społeczną głoszącą, że nie wolno dokuczać innym. Na tym poziomie rozwoju, moralność związana jest z relacjami osobistymi, w jakie wchodzimy, np. „Bądź dla innych taki, jak chciałbyś, aby inni byli dla Ciebie”.
3. **Moralność pokonwencjonalna:** rozwój moralności na tym poziomie polega na tym, że kierujesz się w życiu bardziej ogólnymi zasadami moralnymi, które wyznaczają przyjęcie lub odrzucenie przez Ciebie konkretnych nakazów, bądź zakazów moralnych. Jeśli uda Ci się dojść do najwyższego stadium tego poziomu rozwoju, to zasady, które wcześniej przyjąłeś, będziesz uznawał za powszechnie obowiązujące wszystkich ludzi. Może to być np. zasada głosząca, że: „Życie ludzkie jest najwyższą wartością, wszystko inne jest drugorzędne, dlatego ludzie mają obowiązek dbać o innych ludzi”.

Tak w skrócie przedstawia się teoria rozwoju moralnego opracowana przez L. Kohlberga. W wyniku dalszych badań nad tym zagadnieniem wykazano jednak Kohlbergowi pewne błędy w jego postępowaniu badawczym, m.in. to, że proponowane przez niego stadia rozwoju moralnego nie występu-

ją powszechnie (nie we wszystkich indywidualnych przypadkach rozwoju moralnego się sprawdzają). Ponadto na kształtowanie się stadiów rozwoju moralnego pewien wpływ wywierają określone czynniki, takie jak: rodzina i kultura, czy, jak niektórzy sądzą, istota boska. W teorii Kolberga czynniki te nie zostały uwzględnione. Badania Kohlberga pokazały też, że kobiety i mężczyźni kierują się różnymi zasadami moralnymi, a powodem tego są nie tyle różnice płci, ile preferowanie innych rodzajów aktywności przez kobiety i mężczyzn (np. pielęgniarka, która na co dzień pomaga chorym, będzie wykazywała większą wrażliwość wobec cierpiącego człowieka niż np. policjant).

Dowiedziano też, że poszczególnym osobom nie można przypisać jednego, określonego stadium rozwoju moralnego, ponieważ w zależności od problemu, w obliczu którego te osoby się znajdują, mogą odwoływać się do rozumowania typowego dla różnych poziomów rozwoju moralnego. Co więcej, nie ma całkowitej pewności, że przeprowadzone przez nas rozumowanie moralne, zostanie wykorzystane w praktyce i że pokieruje ono naszym działaniem.

Naszymi zachowaniami moralnymi kieruje również zdolność do *empatii*, czyli umiejętność postawienia siebie w sytuacji innej osoby i zdolność do odczuwania tego, co ta osoba czuje. Ta zdolność jest bardzo rozwinięta u nastolatków. Zapewne z łatwością dostrzegasz i odczuwasz wszelkiego rodzaju niesprawiedliwości, np. współczujesz koleżance, która pomimo tego, że długo się uczyła, dostała znacznie słabszą ocenę, niż te osoby, które po prostu ściągały na klasówce.

Ogólnie mówiąc, wiele czynników wpływa na to, w jaki sposób zachowujemy się w sytuacjach moralnych i wiele z nich oddziałuje na nas, zanim osiągniemy zdolność moralnego rozumowania. Ty, będąc w gimnazjum, z pewnością osiągnąłeś już określony stopień rozwoju moralnego. Pamiętaj jednak, że Twoje zachowania nie są wyłącznie skutkiem tego, w jaki sposób rozumujesz moralnie, lecz tego, kim naprawdę jesteś.

8.2. Kształtowanie się światopoglądu

Chcąc dobrze zrozumieć ten paragraf, postaraj się najpierw zrozumieć definicję światopoglądu. *Światopogląd* to względnie trwałe zespół sądów (często wartościujących), przekonań i opinii na temat otaczającego świata, które kształtują się wraz z Twoim rozwojem na podstawie zdobywa-

nej przez Ciebie wiedzy i doświadczenia. *Światopogląd* więc to całokształt Twoich sądów na temat tego, co Cię otacza. Aby można było powiedzieć, że masz swój światopogląd, musisz być zdolny do podejmowania refleksji, formułowania opinii i podejmowania określonych decyzji. Zawiera on Twoje osobiste przekonania, z czego łatwo możesz wysnuć wniosek, że każdy ma swój, niepowtarzalny światopogląd. Światopogląd może pełnić różne funkcje w naszej osobowości, a mianowicie:

- przekonania światopoglądowe mobilizują nas do podejmowania działań (np. podoba Ci się projekt ustawy, którą rząd chce wprowadzić w życie, więc udajesz się na marsz jej zwolenników, aby wraz z nimi wyrazić swoje dla niej poparcie),
- funkcja wartościująca światopoglądu służy Ci jako wskaźnik do oceniania postępowania innych, natomiast wówczas, gdy oceniasz swoje własne postępowanie w odniesieniu do światopoglądu, to jest to jego funkcja kontrolna,
- funkcja obrazowa światopoglądu polega na tym, że określony światopogląd chroni Cię przed lękiem dotyczącym nieznanego świata,
- funkcja ofensywna światopoglądu skłania Cię do walki o własne przekonania.

Światopogląd możesz analizować w następujących kategoriach:

- jego intensywności – obserwujesz wówczas, jak mocno skłania Cię on do podjęcia określonego zadania,
- powszechności, co oznacza, że światopogląd stanowi oparcie dla każdego człowieka,
- stabilności – światopogląd w Twoim wieku jeszcze się nieustannie kształtuje, natomiast u dojrzałych osób powinien już być bardziej trwały.

Czy zastanawiałeś się może nad tym, od kiedy masz swój światopogląd? Od przedszkola, szkoły podstawowej, a może od urodzenia? Okazuje się, że światopogląd towarzyszy Ci dopiero od okresu dorastania i można powiedzieć, że czeka go jeszcze długa ewolucja – dopóki się nie zestarzejesz. Poglądy i przekonania, podobnie jak ciało, umysł czy uczucia, podlegają bowiem ciągłym przemianom. Nie spodziewaj się jednak, że pewnego dnia obudzisz się z poczuciem: „O, coś czuję, że tej nocy uformował się

mój nowy światopogląd”. Byłoby to niemożliwe, ponieważ budowa światopoglądu wymaga czasu i wewnętrznych, psychicznych przeobrażeń, pojawiających się w kolejnych fazach rozwojowych. Fazy te to:

1. **faza identyfikacji**: utożsamiasz się z zewnętrznymi wzorcami (np. „Imponuje mi postawa Anny Dymnej, będę się starała ją naśladować”),
2. **faza kosmiczna** – będąc w tej fazie rozwoju światopoglądu, możesz być jakiś czas oderwany od rzeczywistości i usilnie poszukiwać sensu życia. Wyobraź sobie taką scenę: „Janek! Przypaliłeś obiad” – woła mama. „Sorry, mamu – odpowiada Janek – co tam obiad, w obliczu tego, że właśnie dzisiaj dowiedziałem się, że byt jest, a niebytu nie ma. Musiałem to sobie przemyśleć”,
3. **faza dojrzałego sensu życia** – to etap, na którym odnalazłeś sens swego istnienia; teraz możesz wejść w dorosłe życie.

W życiu nastolatków ogromną rolę pełni *wyobraźnia*. Przyznasz zapewne, że nie żyjesz tylko realną rzeczywistością, tym, co Cię spotyka na co dzień, ale tworzysz sobie różnego rodzaju wyobrażenia na temat świata i samego siebie. Można skonfrontować ze sobą te różnorodne spojrzenia na świat i w ten sposób uzyskujemy kilka różnych form światopoglądu, o których wspomnimy poniżej.

8.3. Idealizm młodzieńczy

Idealizm młodocianych charakteryzuje Cię wówczas, gdy patrzysz na świat przez różowe okulary i widzisz wszystko takie, jakim chciałbyś, żeby było. Występuje, utrzymuje i zmienia się u młodzieży w kilku następujących fazach:

- faza pierwsza – *poszukiwania bohatera*: identyfikujesz się z osobą, której cechy uznajesz za doskonałe, albo przynajmniej warte naśladowania. U chłopców rozwija się wówczas *kult bohatera* (naśladują np. starszego kolegę, sportowca, polityka, prezentera TV itp.), dziewczęta natomiast adorują i naśladują swoją idolkę (np. piosenkarkę, modelkę czy aktorkę);
- faza druga – *tworzenia koncepcji doskonałej rzeczywistości*: w tej fazie rozwoju światopoglądu, wypośredkowujesz cechy idealne, zaobserwowane we wzorcach zachowań różnych osób i porównujesz je z własnymi potrzebami (np.: „Chciałabym mieć takie włosy, jak Kayah, ale ponieważ wiem, że i tak nie będę takich mieć, to zadowolę się swoimi, które właści-

wie też są przecież całkiem fajne”);

- faza trzecia *realizmu wywodząca się z idealizmu*: jest to ten czas, gdy marzenia pryskają i będziesz musiał pogodzić się z codziennością. Moment ten pojawia się w przypadku różnych osób w nieco różnym czasie, w zależności od tego, z jakiego środowiska społecznego pochodzą (np. młodzież ze wsi na ogół wcześniej kończy edukację i idzie do pracy, niż osoby z dobrze sytuowanych rodzin, które mają przed sobą szersze perspektywy).

Rozróżnia się kilka form idealizmu młodzieńczego, a mianowicie:

- *idealizm antycypacyjny*, to taka forma idealizmu, w ramach której oczekujesz dobra, stwarzasz sobie idealny model rzeczywistości (myślisz np. „Wszyscy ludzie na świecie są dobrzy i uczciwi, nie wyobrażam sobie, żeby mogło być inaczej”);
- *idealizm kompensacyjny* – przejawia się w tym, że uciekasz od rzeczywistości, wyrażając w ten sposób swoją niezgodę na brutalność świata („Nie chce mi się uczyć do egzaminów, chcę być z powrotem małym dzieckiem”);
- *idealizm normatywny (praktyczny)* – staje się przyjętą przez Ciebie formą postępowania, świadomym wyborem. Świadczy to o tym, że osiągnąłeś już pewien poziom dojrzałości psychicznej.

Kolejne formy światopoglądu, jakie obserwujemy, to:

1. *nihilizm*, czyli postawa, która polega na tym, że zaprzeczasz sensowi ludzkiego istnienia. Jej powodem może być jakieś pojedyncze, wstrząsające przeżycie lub traumatyczne wydarzenie. Osoby o takiej postawie łączą się często w grupy, które wywierają na swoich członków bardzo negatywny wpływ, jak np. sataniści;
2. *cynizm* – przejawia się w tym, że co innego mówisz, a co innego robisz.

Przy czym wyróżnić można:

- *cynizm ukryty* – to, co zamierzasz robić, jest zgodne z normami moralnymi, ale w rzeczywistości robisz coś zupełnie innego;
- *cynizm jawny* – masz cel, który chcesz osiągnąć i dorabiasz so-

bie do niego teorię, ale na ogół ta teoria nie jest realizowana w praktyce. Jest to moralna prowokacja za pomocą której, sprawdzasz postawy dorosłych, a także poziom własnej bezkarności;

- *cynizm pozorny* – to, co mówisz jest wprawdzie zgodne z tym, co robisz, ale nie jest akceptowane przez środowisko, np. *wolna miłość*.

W porównaniu z *idealizmem młodzieńczym*, który jest naturalnym elementem okresu dorastania, *nihilizm* i *cynizm* powstają w efekcie oddziaływania określonych sytuacji. W procesie kształtowania się tych postaw ogromną rolę odgrywają pewne psychologiczne mechanizmy obronne, przy czym *cynizm* świadczy zazwyczaj o wewnętrznym oporze i sprzeciwie wobec określonych norm i wartości, a *nihilizm* o rezygnacji z tych norm i wartości.

Pamiętaj, że niezależnie od tego, czy Twój światopogląd kształtuje się poprzez wrastanie w ideologię środowiska, czy przez nabywanie własnych doświadczeń, dotyczy on nie tylko Twoich przekonań, ale i całej Twojej osobowości.

Mamy nadzieję, że po zapoznaniu się z przedstawionymi Ci rozważaniami, dotyczącymi kształtowania się światopoglądu, będziesz w stanie lepiej zrozumieć swoją osobowość.

Na zakończenie chcemy podzielić się z Tobą jeszcze jedną, ważną informacją. U każdego dorosłego człowieka kształtuje się pięć głównych cech (wymiarów) osobowości, określanych w teorii osobowości mianem „wielkiej piątki” (*Big Five*). Badania psychologiczne prowadzone w Holandii i USA pokazują, że obserwujemy je już u 12 – 13-letniej młodzieży. Według tej teorii, podstawowe pięć czynników budujących naszą osobowość, to:

- *ekstrawersja* – ukierunkowanie naszych zainteresowań na świat zewnętrzny,
- *introwersja* – ukierunkowanie naszych zainteresowań na świat własnych przeżyć,
- *ugodowość* (lub jej brak) – tendencja do zachowań ugodowych (lub przeciwnie),
- *sumiennosc* (lub jej brak),
- *otwartosc* intelektualna na nowe doświadczenia (lub jej brak).

Każdą osobę cechuje indywidualnie różne natężenie wymienionych pięciu głównych czynników osobowości i składających się na nie elementów – bardziej szczegółowych cech psychicznych. W związku z tym, każdy z nas ma swoją, niepowtarzalną osobowość.

9. ZADANIA ROZWOJOWE I DZIAŁANIA CHARAKTERYSTYCZNE DLA OKRESU DORASTANIA

Przypomnijmy raz jeszcze, że adolescencja jest okresem nieustannych przemian, jakie zachodzą w Twoim organizmie i psychice. Jest to czas, w którym eksperymentujesz, sprawdzasz się w nowych rolach, szukasz swojego miejsca w społeczeństwie, stawiasz sobie ciągle nowe zadania. Aby temu wszystkiemu podołać, wypracowujesz pewne strategie działania. Wiadomo też, że każdy okres w życiu człowieka charakteryzuje się koniecznością realizowania pewnych, charakterystycznych zadań rozwojowych. Na przykład, w okresie wczesnej dorosłości podstawowym zadaniem rozwojowym jest założenie rodziny i realizowanie pracy zawodowej. A jakie są najważniejsze zadania w okresie dorastania?

Do zadań tych należą przede wszystkim:

1. Odkrycie i zaakceptowanie własnej płciowości – realizacji tego zadania towarzyszą burzliwe zmiany hormonalne. Może się też zdarzyć w tym okresie przejściowa utrata kontroli nad własnym ciałem (np. *dorastająca dziewczyna przybiera nieco bardziej okrągłe kształty. Ma jednak świadomość, że za wzór piękna uznawane są bardzo szczupłe dziewczęta. W wyniku tego, nie akceptuje siebie i zaczyna wcielać się w rolę płci przeciwnej.*);
2. Uzyskiwanie emocjonalnej niezależności od rodziców czy opiekunów – relacje, jakie panują w Twoim rodzinnym domu stanowią wzorzec, na którym budujesz wyobrażenia o swojej przyszłej roli małżeńskiej i rodzicielskiej. To jeszcze daleka przyszłość, ale już teraz dążysz powoli do zachowania optymalnego dystansu w stosunku do swych rodziców. W przeciwnym wypadku, jeśli nie zaczniesz się uczyć zachowywania tego dystansu w okresie dorastania, to później, kiedy będziesz musiał opuścić rodziców, czasem z dnia na dzień, może Ci towarzyszyć poczucie winy z tego powodu, że ich opuszczasz. Osiągnięcie emo-

cjonalnej niezależności od Twych rodziców pozwoli Ci w przyszłości zbudować udany związek małżeński i założyć szczęśliwą rodzinę!

3. Przygotowanie do życia społecznego i posługiwanie się dojrzałym systemem wartości i norm etycznych – jeśli chcesz wypełnić również i to zadanie, to bardzo ważne jest, abyś umiał wybierać właściwe autorytety do naśladowania. W przeciwnym razie, jeśli zostanie nim jakiś np. guru sekty albo przywódca grupy przestępczej, nie wpłynie to dobrze na Twój rozwój i Twoje życiowe losy.

10. PROBLEMY, KRYZYSY I ZAGROŻENIA OKRESU DORASTANIA ORAZ SPOSOBY RADZENIA SOBIE Z NIMI

Jak widać, w okresie dorastania stoi przed Tobą mnóstwo zadań. Uświadamiamy Ci, że aby zachować zdrowie i równowagę psychiczną w tej sytuacji, warto pielęgnować pojawiające się w tym okresie zamiłowania i zainteresowania oraz umiejętnie korzystać z wypoczynku. A z tym, niestety, bywa różnie. Tymczasem brak zachowania równowagi pomiędzy realizacją ważnych zadań rozwojowych a wypoczynkiem, może stać się jednym z powodów występujących u Ciebie trudności, takich jak:

1. sytuacje konfliktowe, ujawniające się najwyraźniej w kłótniach z rodzicami,
2. deprivacje – mają one miejsce wówczas, gdy nie są zaspokojone Twoje istotne potrzeby; np. rodzice kupują Ci coraz to nowsze modele komórki telefonicznej czy laptopa, wysyłają Cię na lekcje języka angielskiego, gry na pianinie lub kurs tańca, ale nie mają czasu, aby pobyć z Tobą i porozmawiać o ważnych dla Ciebie sprawach,
3. zagrożenia związane z tym, jak postrzegasz samego siebie i jakimi kierujesz się wartościami,
4. utrudnienia, np. nie zdołałeś odnaleźć żadnego autorytetu, który chciałbyś naśladować,
5. przeciążenia spowodowane np. natłokiem obowiązków szkolnych.

A teraz prosimy Cię o szczególną uwagę, abyś dobrze zrozumiał kluczowe, ale też dosyć skomplikowane zagadnienie, jakim jest tzw. *kryzys adolescencji*, charakterystyczny dla okresu dojrzewania. Jest on efektem poważnego przełomu, jaki dokonuje się w Twoim dotychczasowym życiu psychicznym. Zastanawiasz się nad swym systemem wartości i nieustannie kształtujesz

go tak, aby jak najlepiej Cię określał jako kogoś jedyne­go i niepowtarzalnego, kierującego się w życiu własnymi przekonania­mi. Kryzys adolescencji przebiega w trzech fazach.

1. Faza pierwsza charakteryzuje się tym, że to, jaki jesteś w rzeczywistości, ściera się z oczekiwaniami, jakie masz wobec siebie i jakie stawiają przed Tobą inni. Te starcia powodują napięcia dotyczące m.in. Twojego dojrzewania płciowego, rozwoju samoświadomości oraz stopniowego uniezależniania się od rodziny;
2. Faza druga polega na tym, że chcesz pozostać sobą, ale jednocześnie uniknąć powstających napięć, dlatego próbujesz je jakoś znieść i załagodzić;
3. W fazie trzeciej przekształcasz swoją dotychczasową osobowość, opanowujesz nowe sposoby działania i radzenia sobie w życiu.

Nie można też ukryć faktu, że w pięknym, ale i trudnym okresie dorastania, Twojemu harmonijnemu rozwojowi zagrażają pewne specyficzne utrudnienia, przeszkody czy wręcz pułapki. Zapewne interesuje Cię to, jakie one mogą być.

10.1. Pułapki czyhające na młodzież w okresie dorastania

Zastanów się, w jaki sposób Twój *kryzys wieku adolescencji* przeżywa Twoja rodzina? Najczęściej rodzice i rodzeństwo twierdzą, że przebywanie z Tobą w tym okresie życia nie jest proste. W oczach Twoich bliskich jesteś na tyle nieobliczalny, że zupełnie nie wiedzą, czego mogą się po Tobie spodziewać. Jeśli dochodzi do konfliktów i kłótni w rodzinie, to przecież coś musi je wcześniej powodować. Psychologia wskazuje na określone czynniki ryzyka (*sytuacyjne, rozwojowe, temperamentalne, związane z osobowością*), które mogą utrudniać innym nawiązywanie relacji z Tobą w okresie Twojego dorastania. Oprócz problemów wynikających z okresu dojrzewania, nie omijają Cię również te wynikające z realiów życia w określonym miejscu, czasie i społeczeństwie. Wszystkie one razem wpływają na rozwój i kształt Twojej tożsamości, a ich przejawy dostrzec można w tym, w jaki sposób zachowujesz się i jaki prezentujesz styl życia.

Prawdą jest, że niektóre Twoje problemy to błahostki, które nie niosą ze sobą żadnych groźnych konsekwencji i dlatego możesz uporać się z nimi

sam. Natomiast inne mogą stanowić poważne zagrożenia i dlatego wymagają zainteresowania się nimi osób starszych, a w niektórych przypadkach również ich interwencji i pomocy. Chodzi tutaj o takie sprawy, jak: wagary, izolowanie się od rówieśników, coraz słabsze oceny szkolne, uzależnianie się od komputera, Internetu czy telewizora, bójki, ucieczki z domu, złe odżywianie się, palenie papierosów, picie alkoholu, narkotyki, seks, przestępstwa czy próby samobójcze. Przypatrzmy się teraz charakterystyce ważniejszych zagrożeń, jakie mogą przydarzyć się dorastającej młodzieży.

Wagary

Zastanawiasz się pewnie czasem, jak będzie wyglądała Twoja przyszłość. Gdzie i co będziesz studiował? Gdzie będziesz pracował? Czy założysz rodzinę? Większość Twoich planów może zostać spełniona, jednak pod warunkiem, że będziesz się chciał uczyć. Zdobyta wiedza pomoże Ci dostosować się do wymagań społecznych oraz podjęcia pozytywnych ról społecznych (na przykład, dzięki zdobytej wiedzy, będziesz w stanie dobrze wywiązywać się ze swoich obowiązków zawodowych i dzięki temu pewnego dnia pojawi się przed Tobą możliwość awansu). Niestety, prawdą jest też i to, że nie każdemu uczniowi nauka przychodzi z taką samą łatwością. Znacznie trudniej jest uczyć się osobom przejawiającym jakąkolwiek formę niedostosowania społecznego. Możesz też napotkać inne trudności, np. *masz wadę wymowy i nie potrafisz wymawiać głoski „r”, co dla niektórych Twoich kolegów może być okazją do wyśmiewania się z Ciebie. Dla nich jest to zabawa, a Tobie jest przykro i masz poczucie, że jesteś jakiś dziwny.* Złe relacje z rówieśnikami mogą spowodować, że niechętnie chodzisz do szkoły i obniżają się Twoje wyniki w nauce. Nie jesteś w stanie sam ich poprawić. Ciągłe niepowodzenia w szkole budzą Twój lęk przed reakcją nauczycieli. W efekcie możesz popaść w tzw. *fobię szkolną*, której bezpośrednim skutkiem stają się wagary, działania agresywne oraz wrogi stosunek do nauczycieli. Wagary są więc często efektem problemów w szkole, ale ich przyczyna może znajdować się zarówno w szkole, jak i poza nią. Oto lista najpowszechniejszych przyczyn wagarowania: napięcia psychiczne, brak poczucia bezpieczeństwa, ostre konflikty pomiędzy rodzicami (wywołujące brak poczucia bezpieczeństwa w domu), rozpad rodziny, poczucie obcości, stałe awantury, izolowanie się Twoich rodziców wobec otoczenia społecznego, w którym żyją, zamykanie się jedynie w kręgu rodziny, postawy rodziców przekazujące odmienne treści wycho-

wawcze, niż te, które są przekazywane w szkole, nawarstwiające się niepowodzenia szkolne, osoba nauczyciela i sposób traktowania przez niego uczniów, stresogenne kontakty nawiązywane w klasie, podporządkowanie się jednostkom dążącym do przewodzenia i dominowania nad innymi itp.

Wagary są złym mechanizmem obronnym, przez który usiłujesz uciec od trudności, osiągnąć jakiś cel i zaspokoić swoje potrzeby psychiczne. Ze względu na to, co ewentualnie skłaniałoby Cię do pójścia na wagary, możemy wyróżnić wagary:

- dorażno-okazyjne („Sprawdzian z matmy, kartkówka z chemii... nie, zupełnie nie ma sensu, żeby dziś iść do szkoły”);
- konfliktowe („Jak rodzice są tacy, to nie zamierzam ich słuchać i wcale nie pójde dziś do szkoły, jak mi to nakazują, ale będę robił, co mi się podoba! No chyba, że kupią mi tego nowego laptopa”);
- koleżeńskie („Michał idzie na wagary, cóż mi szkodzi też się do niego przyłączyć”);
- kompensacyjne („Ostatnio wszyscy zwiali z języka polskiego, a ja zostałem. Chyba jestem jakiś dziwny. Nie, tak być nie może, muszę to nadrobić, też zwięję”);
- przestępcze („Ci wredni sąsiedzi wyjechali i chyba zostawili otwarte drzwi do swojej piwnicy. Skoro są tacy wredni, to szkoda zmarnować okazję”).

Szczególnie negatywne skutki wagarowania mogą się pojawić wówczas, gdy zawierasz znajomości ze sprawiającymi dobre wrażenie obcymi osobami, których zupełnie nie znasz i nie wiesz, czego możesz się po nich spodziewać. Początkowo sporadyczne wagary nie wydają Ci się niczym złym. „To tylko ciekawa przygoda”, myślisz, „a rodzice, jak zawsze, czepiają się nie wiadomo, o co”. Pomimo takich myśli, jakie mogą Ci przyjść do głowy, lepiej jednak nie ryzykuj pójścia na wagary, bo może zdarzyć się tak, że nawet nie zauważysz, kiedy przerodzą się one w włóczęgostwo, ucieczki z domu, drobne rozboje i kradzieże. Zapewne przyznasz sam, że osoba postępująca w taki sposób, nie wróży sobie świetlanej kariery na przyszłość.

Uzależnienie od mediów, szczególnie Internetu

W epoce komputerowej wydawać by się mogło, że Internet daje Ci ogrom-

nie wiele możliwości i nie pozwala na to, abyś się nudził. Niestety, jest i druga strona medalu: poszerza się grono osób uzależnionych od Internetu. Problem ten dotyczy nie tylko pojedynczych osób, lecz staje się coraz bardziej powszechny, niezależnie od wieku uzależnionych. *Uzależnienie* cechuje się tym, że odczuwasz silną potrzebą korzystania ze źródła uzależnienia, z trudem kontrolujesz swoje zachowanie (lub wcale go już nie kontrolujesz). Pomimo tego, że być może dostrzegasz spowodowane uzależnieniem negatywne konsekwencje w Twoim życiu, to jednak uparczywie w tym uzależnieniu tkwisz. Przedkładasz korzystanie z Internetu ponad inne zajęcia i zobowiązania (korzystaniem z Internetu zastępujesz kontakty z rodziną i znajomymi), zaniedbujesz się w nauce. Możesz coraz dłużej przebywać przed komputerem bez odczuwania zmęczenia czy znużenia. Natomiast w razie braku kontaktu z Internetem, bardzo realne staje się wystąpienie tzw. *zespołu abstynenckiego*, co przejawia się tym, że brak komputera to dla Ciebie „koniec świata”. Wydaje Ci się, że nie możesz robić niczego innego, stajesz się *siecioholikiem*, brak dostępu do sieci sprawia, że źle się czujesz, jesteś podenerwowany, a nawet agresywny.

Wiemy też, że w wielu grach komputerowych możesz natrafić na akty przemocy i sceny erotyczne, a chyba nie trzeba Cię przekonywać, że jest to szkodliwe dla Twego prawidłowego psychicznego rozwoju. Specyficzną cechą gier komputerowych jest ich *interaktywność* – nie tylko patrzysz na przemoc czy seks jako element w grze, ale sam ją odczuwasz i stosujesz. Prawda jest taka, że młody człowiek zamyka się wtedy w domu i zamiast się uczyć czy spotykać z innymi ludźmi, spędza życie z joystickiem w ręce. Z drugiej jednak strony wiemy, że poprzez gry internetowe tworzą się wspólne grupy zainteresowań, a w przypadku niektórych, takich jak np. *Doom*, wręcz całe społeczności spotykające się na rozgrywkach i porozumiewające się przez Internet. Musisz więc nauczyć się mądrze i roztropnie korzystać z Internetu i komputera.

Przynależność do sekt

Pojęcie sekty jest wieloznaczne. Często spotykamy się z wyjaśnieniem, że sekty to grupy religijne, które odłączyły się od danego Kościoła. Jeśli mówimy o sekcie destruktywnej, to mamy na myśli grupę, która niszczy swoich członków duchowo, psychicznie i fizycznie, tak jak to czynią np. *sataniści*. Pomimo niszczących psychikę i nie tylko, oddziaływań sekt, udaje się im pozyskiwać nowych członków przez stosowanie *psychomanipulacji*.

Zauważ, że w ten sposób sekta łamie podstawowe prawa człowieka, bo decyduje o tym, czy chce się należeć do jakiejś grupy, również sekty, każdy powinien podejmować w pełni świadomie. Umiejętne ogłupienie kandydatów skłonnych przystąpić do sekty, uspienie ich czujności i rozsądku czy wyszukiwanie takich osób, które są właśnie w trakcie poszukiwania odpowiedzi na życiowe pytania – to znane sposoby werbowania do sekt. Pewne osoby łatwo ulegają złudzeniu, że w sekcie odnajdą odpowiedzi na istotne pytania i dzięki temu łatwo jest je zwerbować do sekty. Swoją sukces sekty opierają między innymi na żerowaniu na ludzkich emocjach i niewystarczającej wiedzy jej nowo zwerbowanych członków. Nierozważna ucieczka przed samotnością, naiwność, łatwowierność, pochopność, lenistwo, nierozważne podejmowanie decyzji, brak krytycznego myślenia, to czynniki narażające w sposób szczególny nastolatków na zwerbowanie ich do sekty.

Dlaczego uczestnictwo w sektach może być bardzo niebezpieczne? Metody stosowane przez sekty są bardzo sprytnie i głęboko nieetyczne. Wyróżnić tutaj możemy: różnego rodzaju *techniki manipulacji* stosowane przez członków sekt w celu pozyskania nowych członków, którzy mają być tak wytresowani, aby reagowali w określony sposób; kontrolę ich myśli, zachowań i uczuć; kształtowanie bezwzględnego posłuszeństwa w sferze materialnej i duchowej. Kiedy guru (przywódca) i członkowie sekty odpowiednio już Cię urobią, decydują za Ciebie o tym, w co masz wierzyć, kogo słuchać, co robić ze swoim czasem i oszczędnościami, niezależnie od tego, jakie jest Twoje zdanie na ten temat. W większości sekt w celu zdobycia nowych członków przekazuje się nowo zwerbowanym tylko ściśle określone informacje, a inne się pomija lub zafałszowuje.

Opuszczenie sekty jest o wiele trudniejsze, niż wstąpienie do niej. Nie ma co się łudzić, że osobie, dzięki której można czerpać niezłe zyski, tak po prostu pozwoli się odejść. A jeśli nawet się to uda, to pojawia się kolejny problem – konieczność przystosowania się do życia w „rzeczywistym świecie” – a to, jak się okazuje, wcale nie jest takie łatwe.

Nadużywanie środków psychoaktywnych

Inna, coraz powszechniejsza pułapka okresu dojrzewania, to popularne wśród młodzieży picie piwa i innych rodzajów alkoholu oraz zażywanie środków halucynogennych. Mamy nadzieję, że masz świadomość tego, że

prowadzi to do uzależnienia (alkoholizmu). Alkohol wprawia w odrętwienie Twój układ nerwowy, uniemożliwiając mu prawidłowe spełnianie jego funkcji. Obniża też poziom Twojej świadomości i sprawia, że tracisz kontakt z rzeczywistością. Pewnie miałeś okazję widzieć kiedyś osobę pijaną. Czy zaobserwowałeś, że jej zachowanie jest impulsywne, niestabilne i nieprzewidywalne? Właśnie dlatego picie alkoholu jest jedną z najczęstszych przyczyn łamania prawa przez nieletnich.

Pora więc zadać sobie pytanie, dlaczego młodzi tak chętnie sięgają po alkohol, skoro jego skutki wcale nie są dobre? Oto kilka tego przyczyn: chcą być tacy, jak starsi lub niektórzy ich rówieśnicy, chcą „udowodnić” w ten sposób swoją dorosłość. Może to być również pozorna forma zmniejszania niepokoju lub przewycięzania poczucia samotności. Negatywnego przykładu może również, niestety, dostarczać środowisko domowe, bo jeśli rodzice nadużywają alkoholu, to wówczas i dzieci skłonne są pójść w ich ślady.

Przestępczość nieletnich

W ostatnich latach wzrosła liczba przestępstw dokonywanych przez osoby poniżej 18 roku życia. Młodsza młodzież popełnia mniej groźne przestępstwa, takie jak: ucieczki z domu, chodzenie na wagary, natomiast starsza nadużywa środków psychoaktywnych, dokonuje aktów wandalizmu. Zdarzają się też poważniejsze przestępstwa, związane z użyciem przemocy (napady rabunkowe, gwałty, zabójstwa), ale dotyczy to przeważnie osób, które mają około 18 lat lub więcej.

Prawdopodobieństwo wystąpienia zachowań przestępczych wśród młodzieży zwiększa się wówczas, gdy rodzice nie okazują wystarczająco dużo miłości dziecku, przejawiają zmienne wobec niego postawy, wprowadzają nadmierną dyscyplinę w domu. Ryzyko popełnienia czynów przestępczych jest też większe w rodzinach rozbitych i ubogich.

Często bywa i tak, że młodzi przestępcy czują się pozbawieni czegoś („Świat jest niesprawiedliwy, Jurek dostał od rodziców nową komórkę, a ja jeszcze nigdy nie miałem swojej. Trzeba tę niesprawiedliwość wyrównać”), niepewni („Rodzice zawsze mówili, że nie wolno kraść, czy więc jest sens pakować się w tarapaty?”), zuchwali („Nikt mi nie będzie podskakiwał, niech by tylko spróbował”). Można zaobserwować także, że młodociani przestępcy są często pobudliwi i impulsywni. W ich życiu nie było osoby,

która mogłaby im wpoić odpowiednie zasady moralne i stosowny system wartości oraz uznane społecznie formy zachowania. W większości przypadków przejawiają też niższy poziom inteligencji niż młodzież nieprzystępcza.

Zaburzenia odżywiania

Słowo *anoreksja* być może jest Ci znane. Problem ten dotyczy głównie dorastających dziewcząt i polega na dobrowolnym głodzeniu się, wywołanym uporczywą myślą: „Jestem gruba”. Prowadzi to do obsesji, anorektyczka przestaje prawie w ogóle jeść, albo je i prowokuje wymioty.

Skutki anoreksji nie ograniczają się wyłącznie do zmian w fizycznym wyglądzie ciała. Anoreksja może doprowadzić Cię do poważnego odwodnienia organizmu, niedożywienia, problemów związanych z układem pokarmowym i krwionośnym, zaniku miesiączki, a nawet śmierci.

Anoreksję można leczyć, ale nie jest to proste i trwa dosyć długo. Jednym ze sposobów pomocy anorektyczkom jest psychoterapia. Ma ona pomóc pacjentce wypracować sposoby rozwiązywania problemów, podnieść samoocenę i przekonać ją do czegoś, co w jej pojęciu wydaje się niemożliwe do osiągnięcia, a mianowicie do przeświadczenia, że „Tak naprawdę, to przecież nie jestem gruba”. Zdarzają się różne przypadki anoreksji. Czasem do wyprowadzenia z anoreksji wystarczą tylko porady żywieniowe, a czasami konieczne stają się karmienie pacjentki dożylnie lub sondą. Nie brzmi to zbyt ciekawie, ale może w ten sposób uchroni Cię od pochopnej decyzji o odchudzaniu się.

Jedni jedzą za mało, inni za dużo. Ten drugi problem dotyczy m.in. osób chorych na *bulimię*. Polega ona na tym, że najpierw nadmiernie się objadasz, a następnie wywołujesz wymioty albo biegunkę i wtedy znowu możesz jeść. *Bulimia* pochodzi od greckiego słowa oznaczającego „wołowy głód”. Jeśli więc nie chcesz być jak krowa, to unikaj regularnego przejadania się.

Ryzykowne zachowania seksualne

Doszliśmy do tematu, który przykuwa uwagę większości nastolatków. Być może wynika to z faktu, że w ostatnim czasie postawy młodzieży wobec seksu stały się bardzo tolerancyjne i swobodne. W sytuacji coraz wcześniej podejmowanych stosunków seksualnych, konieczne jest pogłębienie

przez Ciebie wiedzy na temat trzech głównych konsekwencji, jakie mogą w związku z tym wystąpić. Są nimi: *choroby weneryczne, ciąża oraz aborcja.*

Nie można nie zauważyć tego, że urodzenie dziecka przez niepełnoletnią dziewczynę powoduje zupełną zmianę jej życia. Nieoczekiwana ciąża stawia nastolatkę w sytuacji, w której ma się nagle wcielić w rolę matki, pomimo tego, że nie jest na to przygotowana. Najbliżsi młodej matki nie zawsze stanowią dla niej oparcie. Młodociani rodzice często są niemile widziani w swoim otoczeniu.

Jeśli chodzi o dzieci młodocianych matek, to narażone są one na wiele niebezpieczeństw. Zazwyczaj mają zbyt niską wagę urodzeniową oraz problemy z układem nerwowym, a w konsekwencji, zaniżony poziom inteligencji. Sam poród w przypadku nastoletnich matek odbywa się często przedwcześnie i niesie ze sobą ryzyko powikłań około- i poporodowych. Im dziewczyna jest młodsza, tym większe jest ryzyko śmierci jej dziecka.

Statystyki pokazują, że w ciągu roku z grupy dorastających dziewcząt, które zaszły w ciążę, 45% postanawia dokonać aborcji. Ta decyzja z pewnością nie jest łatwa, lecz niektórym dziewczętom jeszcze trudniejsze wydaje się wychowanie dziecka. Tym bardziej, że rodzina i jej chłopak często ją nakłaniają do „prostszego rozwiązania”, czyli aborcji, a więc zabicia swojego dziecka. Ma to w dalszej perspektywie bardzo niekorzystny wpływ na fizyczne i psychiczne zdrowie kobiety. Aby uniknąć konieczności dokonywania takich wyborów, przemyśl wcześniej swoje decyzje.

Osoby, które decydują się na wczesne współżycie seksualne na ogół nie mają stałego partnera, lecz dosyć często go zmieniają. Decydując się na współżycie seksualne, pamiętaj, że choroby weneryczne stanowią realne zagrożenie! Rzeżączka, syfilis, chlamydia, wrzód weneryczny – to tylko niektóre z chorób, które mogą Ci grozić, a ich lista jest znacznie dłuższa. Są na niej również choroby wirusowe, takie jak żółtaczką typu B, opryszczka narządów płciowych, wirus braku odporności – HIV. Sądzimy, że poddasz te fakty głębokiej refleksji.

W nowoczesnym świecie swoboda seksualna stała się akceptowanym sposobem życia, ale widzimy równocześnie, że przypadkowe współżycie seksualne prowadzi do zwiększania się liczby infekcji oraz poważnych zachorowań. Dlatego wiedza o tym, jak chronić siebie i partnera przed chorobami przenoszonymi drogą płciową, jest szczególnie ważna.

Samobójstwa nastolatków

Można się zastanawiać, czy to aż taki ważny problem. Przecież samobójstwa oglądamy głównie w filmach. Niestety, w rzeczywistości samobójstwa stanowią drugą przyczynę śmierci osób w okresie dorastania, tuż po wypadkach drogowych.

Samobójcy pochodzą z różnych środowisk społecznych, a otoczenie często nie wie o ich zamiarach. Mogą to być zarówno osoby, które chcą za wszelką ceną skupić na sobie uwagę, jak też i inne, cicho wołające w ten sposób o pomoc, których nikt nie dostrzega.

Decyzję o samobójstwie można też podjąć pod wpływem depresji. Wielu nastolatków przeżywa ciągle poczucie bezwartościowości, zahamowania lub beznadziejności. Również alkohol i narkotyki często prowadzą do samobójstwa. Jeszcze innymi powodami tej tragedii mogą być: uczucie przytłoczenia, przeżywanie kryzysu, utrata ukochanej osoby. Wiele ofiar samobójstw to młode osoby odrzucane, niekochane, pozbawione uwagi. Zazwyczaj są to jednostki odrzucane przez najbliższe im otoczenie.

Aby uniknąć młodocianych samobójstw należy dbać o poprawę relacji międzyludzkich, atmosfery wychowawczej w domu i szkole. Znaczenie wspomagające mogą też mieć rodziny zastępcze, schroniska dla nieletnich, kliniki młodzieżowe.

Warto zastanowić się nad powodami ryzykownych zachowań, podejmowanych przez młodzież w Twoim wieku. Okazuje się, że powodem tych zachowań często jest zagubienie istotnych wartości społecznych lub psychologicznych, np. brak akceptacji i szacunku rówieśników, wypracowania sobie własnej autonomii, niezależności i emocjonalnego odłączenia się od rodziców oraz innych autorytetów, nieumiejętność radzenia sobie z lękiem i strachem przed niepowodzeniami, brak potwierdzenia swej dojrzałości. Zdaniem wielu psychologów, są to naturalne cele dorastania, ale trudności w ich osiągnięciu mogą prowadzić do dramatycznych kroków. Należało by się zastanowić nad tym, czy nie można tych celów osiągnąć bez łamania prawa i dobrych obyczajów lub popadania w rozpacz i podejmowania dramatycznych, niekiedy nieodwracalnych, decyzji. Pamiętaj, że w całym kraju istnieje gęsta sieć Poradni Psychologiczno-Pedagogicznych, w których z całą pewnością uzyskasz życzliwą, kompetentną, dyskretną pomoc i poradę we wszystkich swoich życiowych problemach (wykaz Poradni Psy-

chologiczno-Pedagogicznych oraz opis zadań, jakie one spełniają, znajdziesz w tym *Poradniku*).

Zdaniem wielu psychologów i pedagogów, młodzi ludzie wybierają złe formy zachowania, ponieważ nie mają dostatecznie rozwiniętych umiejętności społecznych, a zatem nie dostrzegają właściwych dróg osiągnięcia ważnych dla nich życiowych celów. Zauważ, że to najstabilniej uczący się uczniowie w klasie najczęściej sprawiają najwięcej kłopotów sobie i rodzicom oraz przysparzają problemów wychowawczych nauczycielom. Są też najczęściej odrzucani przez rówieśników, a w domu nie zawsze otrzymują potrzebne im zainteresowanie i wsparcie. I w ten sposób to „błędne koło” zamyka się, ponieważ taka młodzież zostaje wchłonięta przez grupy rówieśnicze o podobnych wzorach przekonań i zachowania, najczęściej nieakceptowanych przez społeczeństwo.

Wspomnieliśmy Ci o poważnych niebezpieczeństwach, jakie mogą zagrażać prawidłowemu rozwojowi fizycznemu i psychicznemu w okresie dorastania. Czynimy to po to, abyś mógł objąć te zagrożenia własną refleksją i zastanowić się, czy warto ryzykować utratę radości płynącej z normalnego funkcjonowania w tak ważnym i pięknym okresie życia – Twego życia – jakim jest okres dojrzewania i dorastania. Twój prawidłowy rozwój w tym okresie zadecyduje w istotnym stopniu o dalszych Twoich sukcesach. Nabyta wiedza i umiejętności oraz postawy wobec innych ludzi, uformowane w szkole ponadgimnazjalnej, owocować będą bowiem przez całe Twoje życie.

11. WYBÓR I PRZYGOTOWANIE DO ZAWODU A INNE CELE ŻYCIOWE

Podsumowując nasze rozważania pragniemy podkreślić, że powinieneś nauczyć się racjonalnego rozwiązywania własnych problemów oraz realizacji zadań powierzanych Ci przez inne osoby w warunkach ryzyka, charakteryzujących środowisko pracy ludzi żyjących w XXI w. Szczególnie przydatne jednostkom podejmującym oraz rozwijającym aktywność zawodową w dynamicznie zmieniających się okolicznościach okazują się kompetencje ustawicznego uczenia się i samokształcenia. Są one niezbędne wszystkim podmiotom, także Tobie, abyś zdołał nadążyć za gwałtownie następującymi, dokonującymi się nieustannie, głębokimi zmianami cywilizacyjnymi

i społeczno-kulturowymi. Powinieneś je zrozumieć, jeżeli chcesz rozwijać z powodzeniem działalność zawodową owocującą pomnażaniem oraz kreowaniem wartości, cenionych tak przez Ciebie, jak i przez innych ludzi.

Założyliśmy w niniejszym *Poradniku* – co także pragniemy podkreślić – że to właśnie realizacja wartości napędza ludzkie życie sensem. Jeżeli podzielasz tę opinię, wybierz szkołę, która pozwoli Ci rozwijać się nie po to, aby odnosić sukcesy, lecz po to, żeby stać się człowiekiem wartościowym. Pomogą Ci w tym Twoi rodzice i pedagodzy, jeżeli wpoją Ci przede wszystkim głęboki szacunek do innych ludzi. Gdy będziesz wrażliwie reagował na ich potrzeby, a ponadto rozwiniesz kompetencje, dzięki którym Twoja praca czy jej efekty okażą się im niezbędne, niewątpliwie odniesiesz także osobisty sukces.

Fakt, że autorzy *Poradnika* akcentują w nim osobiste oraz społeczne i cywilizacyjno-kulturowe znaczenie pracy nie oznacza oczywiście, że bez reszty ma ona wypełnić Twoje dorosłe życie. Przyjmują raczej, że jest wobec niego służebna i chociaż – jak stwierdzono – nadaje mu sens, sama w sobie oczywiście nie jest celem. Słowem, wybierając szkołę, a następnie studia lub pracę zawodową, powinieneś pamiętać, że owoce tej ostatniej nie są jedynymi dobrami, jakich potrzebujesz. Pragniesz być otoczony przyjaźnią i miłością, mieć poczucie wolności, sprawstwa i osobistej godności. Uzytkasz te cele, gdy nauczysz się łączyć pracę z odpoczynkiem oraz godzić z innymi obowiązkami, a także z kierowanymi pod Twoim adresem społecznymi wymogami, w tym z powinnościami rodzinnymi.

Aneks 1

OPIS ANEKSU

Aneks, który dołączamy do poradnika składa się ze schematu obrazującego podział instytucji polskiego poradnictwa zawodowego² oraz z opisu wybranych instytucji sektora publicznego.

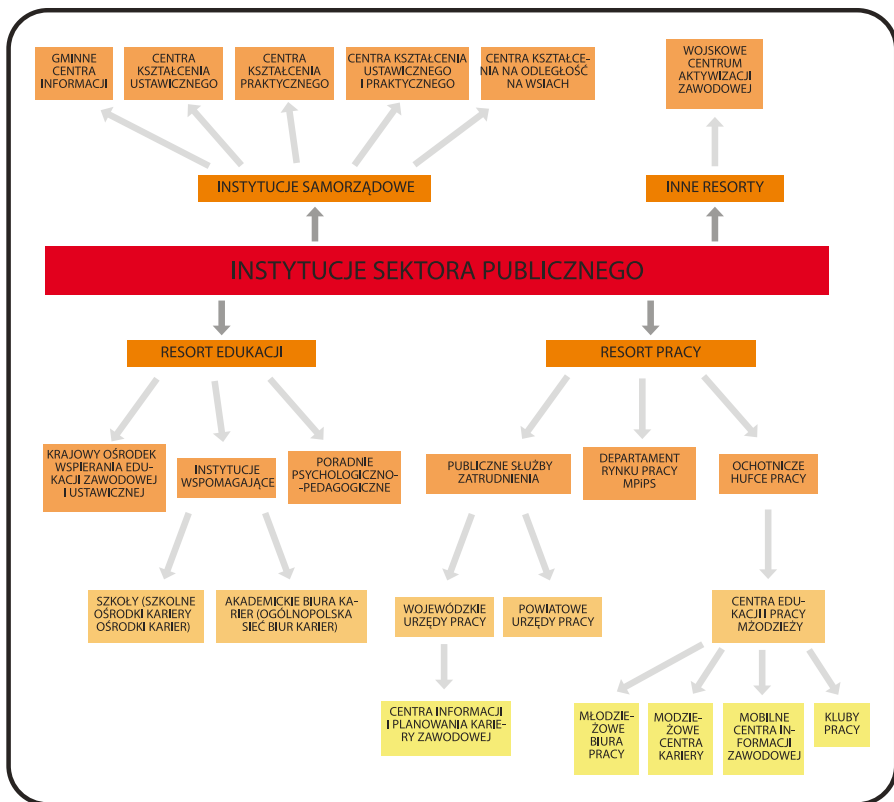
Zadania instytucji rynku pracy, w tym publicznych służb zatrudnienia, do których należą wybrane opisane w aneksie instytucje określone zostały przede wszystkim w Ustawie z dnia 20 kwietnia 2004 roku o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy, Dz.U. Nr 99, poz. 1001 z późniejszymi zmianami, rozdział 4: Publiczne służby zatrudnienia, art. nr 8 i 9.

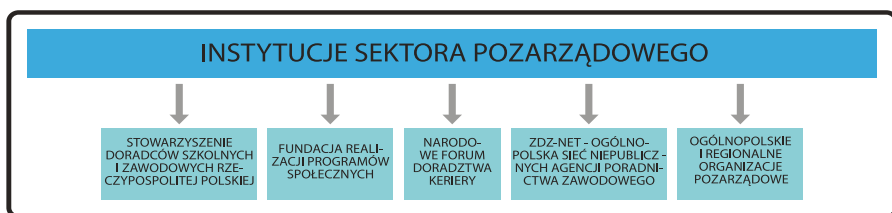
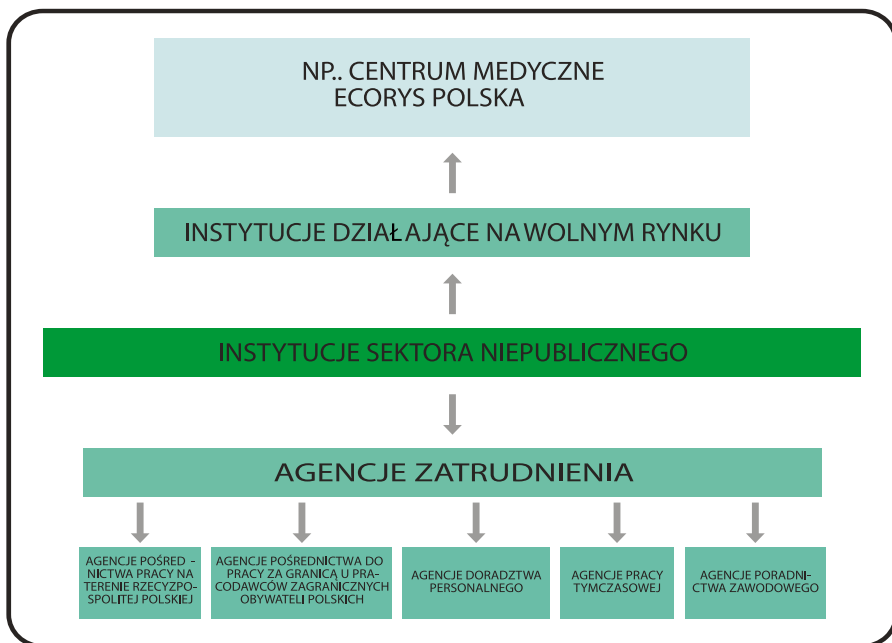
Mamy nadzieję, że poczyniony przez Autorów opis instytucji posłuży Czytelnikom w lepszej orientacji w zadaniach i funkcjach jednostek zajmujących się doradztwem i poradnictwem zawodowym.

Z życzeniami dobrej i pożytecznej lektury
Joanna Aksman
koordynator ds. poradników
z cyklu „Wybór zawodu”

2 Schemat podziału przytaczamy za czasopismem „Doradca zawodowy” nr 2 (7)/2009, 22-23.

PODZIAŁ INSTYTUCJI POLSKIEGO PORADNICTWA ZAWODOWEGO ZE WZGLĘDU NA PRZYNALEŻNOŚĆ DO SEKTORA





Spis aneksów:

Schemat podziału instytucji polskiego poradnictwa zawodowego

Instytucje Samorządowe:

Gminne Centra Informacji (przygot. M. Piekarski)

Centra Kształcenia Ustawicznego (przygot. J. Biłko)

Centra Kształcenia Praktycznego (przygot. J. Biłko)

Resort Edukacji

Poradnie Psychologiczno-Pedagogiczne (przygot. M. Kliš)

Szkoły (Szkolne Ośrodki Kariery) (przygot. M. Piekarski)

Akademickie Biura Karier (Ogólnopolska Sieć Biur Karier)

(przygot. E. Wysocka)

Resort Pracy

Wojewódzkie Urzędy Pracy (przygot. K. Grzesiak, B. Zinkiewicz)

Powiatowe Urzędy Pracy (przygot. K. Grzesiak, B. Zinkiewicz)

Centra Informacji i Kariery Zawodowej (przygot. K. Grzesiak,
B. Zinkiewicz)

Ochotnicze Hufce Pracy (przygot. A. Mirski)

Centra Edukacji i Pracy Młodzieży (przygot. A. Mirski)

Młodzieżowe Biura Pracy (przygot. A. Mirski)

Mobilne Centra Informacji Zawodowej (przygot. A. Mirski)

Młodzieżowe Centra Kariery (przygot. A. Mirski)

GMINNE CENTRA INFORMACJI - GCI

Gminne Centra Informacji powstały w ramach Programu Aktywizacji Zawodowej Absolwentów „Pierwsza Praca”. Są to placówki ukierunkowane na aktywizację ludzi młodych i całej społeczności lokalnej oraz ożywienie lokalnego rynku pracy przez zapewnienie łatwego dostępu do nowoczesnych technologii przekazu informacji.

Do głównych zadań statutowych GCI należy:

1. aktywizacja edukacyjna i zawodowa młodzieży szkół gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych;
2. poradnictwo zawodowe;
3. ożywienie lokalnego rynku pracy;
4. doradztwo prawne;
5. pomoc osobom bezrobotnym i poszukującym pracy;
6. wsparcie pracodawców w doborze kadr;
7. zacieśnienie współpracy z organizacjami pozarządowymi;
8. promocja regionu;

Gminne Centra Informacji świadczą szeroki wachlarz usług mających na celu nie tylko ograniczanie bezrobocia, ale także tworzenie klimatu do rozwoju przedsiębiorczości i aktywności własnej na rynku pracy.

Podstawowe usługi GCI dla młodzieży to:

1. zapewnienie dostępu do Internetu;
2. udostępnianie nowoczesnego sprzętu komputerowego oraz urządzeń biurowych;
3. umożliwianie korzystania ze zgromadzonych baz danych dotyczących ofert pracy, pracodawców, instytucji świadczących pomoc bezrobotnym;
4. popularyzacja i udostępnianie zasobów i danych dotyczących lokalnego rynku pracy;
5. propagowanie informacji edukacyjnej i zawodowej;
- 6. poradnictwo zawodowe - indywidualne i grupowe dla młodzieży i absolwentów poszukujących pracy;**
7. organizacja specjalistycznych kursów mających na celu podniesienie kwalifikacji zawodowych i ogólnych umiejętności osób poszukujących pracy np. kursy językowe czy obsługa specjalistycznych programów komputerowych;
8. doradztwa prawne np. w zakresie zakładania i prowadzenia własnej działalności gospodarczej;

Opracowano na podstawie strony internetowej : www.katalog.onet.pl/10174,gminne-centra-informacji (stan na dzień 30.09.2010)

CENTRUM KSZTAŁCENIA USTAWICZNEGO – CKU

Centrum Kształcenia Ustawicznego to placówka oświatowa stworzona w celu kształcenia, doksztalcenia i doskonalenia młodzieży i osób dorosłych. CKU działa w oparciu o rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 20 października 1992 r. w sprawie centrów kształcenia ustawicznego.

Oferta Centrum Kształcenia Ustawicznego dla młodzieży jest następująca:

1. kształcenie, doksztalcenie i doskonalenie w formach szkolnych i pozaszkolnych;
2. realizowanie zadań związanych z przyznawaniem tytułów kwalifikacyjnych zgodnie z odrębnymi przepisami;
3. organizowanie egzaminów eksternistycznych z zakresu programów nauczania szkół i kursów;
4. opracowywanie i wydawanie skryptów, poradników oraz materiałów metodycznych dla potrzeb słuchaczy;

5. organizacja poradnictwa zawodowego dla młodzieży i rodziców.

Profesjonalna pomoc doradcy zawodowego w CKU pozwala uczniowi:

1. poznać własne zasoby i swoje predyspozycje zawodowe;
2. zaplanować optymalną drogę rozwoju zawodowego;
3. poznać metody i techniki aktywnego poszukiwania pracy;
4. opracowywanie i wydawanie skryptów, poradników oraz materiałów metodycznych dla potrzeb słuchaczy;
5. odpowiednio przygotować się do rozmowy kwalifikacyjnej z przyszłym pracodawcą;
6. skorzystać z porad z zakresu prawa pracy.

Opracowano na podstawie strony internetowej: www.cku.krakow.pl

(stan na dzień 30.09.2010)

CENTRUM KSZTAŁCENIA PRAKTYCZNEGO – CKP

Centrum Kształcenia Praktycznego to publiczna placówka oświatowo-wychowawcza działająca na podstawie rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej nr 192 z dnia 2 kwietnia 1996 roku.

Centrum Kształcenia Praktycznego realizuje zadania z zakresu przygotowania praktycznego młodzieży i dorosłych wynikające z programów nauczania zajęć praktycznych, a także inne zadania zlecone przez szkoły i organ prowadzący oraz inne jednostki organizacyjne i podmioty gospodarcze.

CKP oferują młodzieży następujące formy kształcenia praktycznego:

1. zajęcia praktyczne dla uczniów i słuchaczy szkół zawodowych zasadniczych, średnich i policealnych w pełnym zakresie programowym bądź w zakresie wybranych treści programowych;
2. przeprowadzanie egzaminów z nauki zawodu i przygotowania zawodowego dla uczniów i słuchaczy szkół zawodowych;
- 3. pomoc doradcy zawodowego w zakresie profesjonalnych usług poradnictwa zawodowego w formie indywidualnych rozmów doradczych oraz zajęć warsztatowych;**
4. kształcenie w zakresie przysposobienia do pracy dla uczniów szkół podstawowych, uczących się w klasach przysposabiających do zawodu;
5. kursy podwyższające kwalifikacje lub przekwalifikowujące;
6. kształcenie praktyczne młodocianych zatrudnionych przez zakłady pracy w celu przygotowania zawodowego;
7. stwarzanie możliwości zdobycia państwowych certyfikatów potwierdzających zdobyte uprawnienia i kwalifikacje;

Opracowano na podstawie strony internetowej: www.ckp.krakow.pl
(stan na dzień 30.09.2010)

PUBLICZNE PORADNIE PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNE

PODSTAWOWE ZADANIA I FUNKCJE

(w oparciu o Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 11 grudnia 2002. Dz. Ust. Nr 5 Poz. 46 - skrót)

W oparciu o paragraf 1.1 wspomnianego Rozporządzenia można stwierdzić, że publiczne poradnie psychologiczno-pedagogiczne, w tym publiczne poradnie specjalistyczne, udzielają dzieciom i młodzieży pomocy psychologiczno-pedagogicznej, w tym pomocy logopedycznej, **pomocy w wyborze kierunku kształcenia i zawodu**, a także udzielają rodzicom i nauczycielom pomocy psychologiczno-pedagogicznej związanej z wychowaniem i kształceniem dzieci i młodzieży.

W szczególności **do zadań poradni** należą:

1. wspomaganie wszechstronnego rozwoju dzieci i młodzieży, efektywności ich uczenia się, nabywania i rozwijania umiejętności negocjacyjnego rozwiązywania konfliktów i problemów oraz innych umiejętności z zakresu komunikacji społecznej;

2. profilaktyka uzależnień i innych problemów dzieci i młodzieży, udzielanie pomocy psychologiczno-pedagogicznej dzieciom i młodzieży z grup ryzyka;
3. terapia zaburzeń rozwojowych i zachowań dysfunkcyjnych;
4. pomoc uczniom w dokonywaniu wyboru kierunku kształcenia, zawodu oraz planowania kariery zawodowej;
5. prowadzenie edukacji prozdrowotnej wśród uczniów, rodziców i nauczycieli;
6. pomoc rodzicom i nauczycielom w diagnozowaniu i rozwijaniu potencjalnych możliwości oraz mocnych stron uczniów;
7. wspomaganie wychowawczej i edukacyjnej funkcji rodziny.

Poradnie psychologiczno-pedagogiczne prowadzą m.in. dział orientacji i poradnictwa zawodowego, w ramach którego proponują m.in.:

1. Badania psychologiczne i pedagogiczne uczniów niezdecydowanych w wyborze kierunku kształcenia i przyszłego zawodu, b) uczniów kierowanych do gimnazjum uzawodowionego, a także c) uczniów z ograniczonymi możliwościami wyboru kierunku kształcenia i zawodu ze względu na stan zdrowia.
2. Cykl spotkań grupowych dla uczniów klas I, II, III gimnazjum, przygotowujących się do podjęcia decyzji edukacyjno-zawodowej.
3. Grupowe zajęcia aktywizujące dla uczniów liceum, które mogą pomóc tym uczniom w przygotowaniu świadomego planowania kariery zawodowej i podjęcia roli zawodowej.
4. Udzielają indywidualnych porad zawodowych w Punkcie Poradnictwa Zawodowego (po wcześniejszym telefonicznym ustaleniu terminu spotkania).
5. Udostępniają uczniom materiały informacyjne z utworzonej Bazy Informacji Edukacji i Zawodowej.

Adresy Poradni Psychologiczno-Pedagogicznych można znaleźć na stronie: http://www.pkt.pl/firmy/-/q_poradnia + psychologiczno-pedagogiczna /1/

oraz w wyszukiwarce Google po wpisaniu hasła: poradnia psychologiczno-pedagogiczna oraz nazwy miasta, w którym poszukujemy takiej poradni.

SZKOLNE OŚRODKI KARIERY - SZOK

Szkolne Ośrodki Kariery w szkołach gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych o uprawnieniach szkół publicznych zostały utworzone wyniku grantu w ramach Programu Aktywizacji Zawodowej Absolwentów „Pierwsza Praca” organizowanego przez Ministerstwo Gospodarki, Pracy i Polityki Społecznej oraz Komendę Główną OHP w latach 2003 - 2005.

SzOK jest miejscem, w którym praca z młodzieżą może przybierać różne formy: wykładów, prelekcji, treningów, szkoleń, kursów umiejętności i warsztatów grupowych, porad indywidualnych i samodzielnej pracy pod opieką doradcy zawodowego.

Szkolny Ośrodek Kariery przygotowuje młodzież do właściwego i trafnego wyboru dalszej ścieżki kształcenia oraz wejścia na rynek pracy poprzez:

1. poradnictwo zawodowe w formie indywidualnej i grupowej;
2. diagnozę najbardziej optymalnej ścieżki rozwoju zawodowego ucznia;
3. gromadzenie i udostępnianie informacji o rynku edukacji i rynku pracy.

Uczeniowie i absolwenci na terenie szkoły mogą:

1. samodzielnie korzystać z bazy i zasobów SzOK-u;
2. uczestniczyć w indywidualnych konsultacjach i rozmowach z doradcą zawodowym;
3. brać udział w spotkaniach grupowych - szkoleniach, ćwiczeniach, treningach i warsztatach.

Szkolne Ośrodki Kariery oferując swoją pomoc młodzieży są wyposażone w:

1. Książki i poradniki z zakresu doradztwa zawodowego: (m.in. Informator dla maturzystów, Sposób na Karierę, Jak przygotować swoje CV, żeby zdobyć wymarzoną pracę, Rozmowa kwalifikacyjna, Informator o zawodach wyd. Perspektywy itp.);
2. Specjalistyczne programy komputerowe: (m.in. e-SzOK, Gawrosz-młodzieżowe vademecum poszukiwania pracy, Piramida Kariery, Potęga rozumu, Własna firma, Absolwent);
3. Szkolenia na CD: (m.in. Sztuka występów, Kierowanie zespołem, Projekt management, Profesjonalna obsługa klienta, Mowa ciała, Profesjonalna sprzedaż, Trening umysłu, Szybkie czytanie, Zarządzanie czasem);
4. Filmy na CD: (m.in. Lider – jak przewodzić ludziom, Psychologia ob-

sługi klienta, Skuteczny negocjator);

5. Filmy na kasetach video: (m.in. Jak pokonać stres, Autoprezentacja, Asertywność, Poczucie własnej wartości),
6. Licencjonowane testy badające predyspozycje i skłonności zawodowe np: „Test Obrazkowy Zawodów BBT” M. Achtniccha czy „Wielowymiarowy Kwestionariusz Preferencji”

Ponadto Szkolne Ośrodki Kariery posiadają informacje dotyczące systemów kształcenia i możliwości staży i praktyk w państwach Unii Europejskiej. Dzięki tym zasobom i przy stałej pomocy doradcy zawodowego młodzież zdobywa wiedzę o rynku pracy i kształtuje swoje umiejętności zawodowe i pozazawodowe na tyle skutecznie, aby konkurować o swoje miejsce w życiu zawodowym z młodymi ludźmi z innych państw Unii Europejskiej.

Opracowano na podstawie strony internetowej Zespołu Szkół Łączności w Krakowie: www.tl.krakow.pl (stan na dzień 30.09.2010)

AKADEMICKIE BIURA KARIER (OGÓLNOPOLSKA SIEĆ BIUR KARIER)

Cele działania: dostarczanie informacji i udzielanie pomocy w aktywnym wejściu na rynek pracy i w efektywnym funkcjonowaniu na nim, studentom i absolwentom danej uczelni (zawodowa promocja); ograniczenie bezrobocia; pomoc w nawiązywaniu kontaktów między nauką a praktyką promocja uczelni, zarówno wobec przyszłych studentów, jak i firm.

Główne obszary działania

- A. Działania doradcze i szkoleniowe:** szkolenia i seminaria dla studentów (otwarte i wpisane w program studiów), poradnictwo indywidualne (testy psychologiczne, rozmowy doradcze, pomoc w przygotowaniu dokumentów aplikacyjnych i do rozmowy z pracodawcą). Cykliczny projekt Akademia Kariery, którego celem jest przygotowanie do efektywnego poszukiwania pracy oraz umożliwienie spotkania z praktykami konkretnych branż (bezpłatne wykłady, szkolenia, warsztaty aktywizujące, treningi specjalistyczne).
- B. Działania informacyjne:** własne publikacje i poradniki, bezpłatna dystrybucja poradników, dostęp do bazy danych firm, informacje o ofertach pracy dla absolwentów.
- C. Działania badawcze:** badania ankietowe studentów, badania preferencji pracodawców.

D. Kontakty z pracodawcami: prezentacje firm na uczelni, targi pracy, sesje rekrutacyjne.

Zadania Akademickich Biur Karier³

- a) doradztwo zawodowe (indywidualne i grupowe) dla studentów i absolwentów;
- b) pomoc w podjęciu decyzji związanych z życiem zawodowym (wybór specjalizacji, ustalenie predyspozycji zawodowych, planowanie ścieżki kariery, umiejętność autoprezentacji);
- c) dostarczanie informacji o rynku pracy (firmy, procedury kwalifikacyjne i plany rekrutacyjne) i możliwościach podnoszenia kwalifikacji (zawodowe, językowe, stypendia w kraju i za granicą, studia podyplomowe);
- d) promowanie przedsiębiorczości i przygotowywanie absolwentów do zakładania własnych małych przedsiębiorstw (organizacja kursów i szkoleń w tym zakresie, Akademickie Inkubatory Przedsiębiorczości);
- e) aktywne poszukiwanie, klasyfikowanie i udostępnianie oferty pracy stałej, czasowej, wolontariackiej, propozycji odbycia staży i praktyk zawodowych w kraju i za granicą;
- f) prowadzenie bazy danych studentów i absolwentów szukających pracy (selekcjonowanie osób o określonych predyspozycjach i umiejętnościach w celu udostępnienia ich danych pracodawcom, prowadzącym rekrutację pracowników);
- g) aranżowanie spotkań studentów i absolwentów z pracodawcami (wizyty informacyjne w przedsiębiorstwach, targi pracy, prezentacja firm w uczelni, seminaria, konferencje, itp.);
- h) badanie losów i monitorowanie karier zawodowych absolwentów oraz informowanie władz wyższych uczelni o tendencjach na rynku pracy, w celu dostosowania profilu kształcenia);
- i) umożliwianie korzystania z potencjału naukowego polskich wyższych uczelni w zakresie ekspertyz i technologii;
- j) dbanie o dobry wizerunek wyższych uczelni, zarówno wewnątrz środowiska akademickiego, jak i na zewnątrz.

Akademickie Biura Karier pomimo, iż zadania nie obejmują orientacji zawodowej młodzieży ponadgimnazjalnej, mogą stanowić dla niej źródło informacji o rynku pracy, o uczelniach wyższych i proponowanych kie-

³ Zadania te określa Ustawa o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy z 20.04.2004r. (Dz.U.Nr 99, poz. 1001 z późn. zm.). Akademickie Biuro Karier wg Ustawy jest jednostką działającą

runkach kształcenia.

www.biuarakier.net - oficjalna strona Ogólnopolskiej Sieci Biur Karier (OSBK).

TECZKA INFORMACYJNA. Akademickie Biura Karier, Wojewódzki Urząd Pracy w Warszawie, Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej, Warszawa 2008.

WOJEWÓDZKIE URZĘDY PRACY

Zadania:

- organizowanie i koordynowanie oraz świadczenie usług poradnictwa zawodowego i informacji zawodowej, a także ich rozwijanie na terenie województwa;
- Opracowywanie, gromadzenie, aktualizowanie i upowszechnianie informacji zawodowych na terenie województwa
- realizowanie zadań zakresie międzynarodowej wymiany ofert pracy i kierowania polskich obywateli do pracy za granicą
- organizowanie i współfinansowanie lokalnych programów mających na celu tworzenie nowych miejsc pracy i likwidację skutków bezrobocia,
- wspieranie rządowych programów restrukturyzacyjnych,
- pozyskiwanie pracodawców wykazujących gotowość zatrudnienia poborowych odbywających służbę zastępczą.

Wojewódzki Urząd Pracy zajmuje się również:

- koordynowaniem działań w zakresie kształcenia ustawicznego, szkolenia bezrobotnych i poszukujących pracy,
- a) współdziałaniem z właściwymi organami oświatowymi w harmonizowaniu kształcenia zawodowego z potrzebami rynku pracy,
- realizowaniem wojewódzkich programów promocji zatrudnienia i badaniem efektywności projektów lokalnych,
 - inicjowaniem i współfinansowaniem szkoleń, prac interwencyjnych, zatrudnienia absolwentów i programów specjalnych,
 - koordynowaniem wydatkowania środków Europejskiego Funduszu Społecznego w regionie.

Więcej informacji na temat poradnictwa zawodowego i planowania kariery można znaleźć na stronie: www.doradca-zawodowy.pl

CENTRA INFORMACJI I PLANOWANIA KARIERY ZAWODOWEJ - funkcjonują w ramach wojewódzkich urzędów pracy

Zadania:

1. Wspomagają powiatowe urzędy pracy w prowadzeniu poradnictwa zawodowego dorosłych i młodzieży wchodzącej na rynek pracy, w zakresie planowania rozwoju zawodowego, usług dotyczących umiejętnego poszukiwania zatrudnienia, adaptacji zawodowej oraz dostosowywania się do zmian zachodzących na rynku pracy
2. We współpracy z powiatowymi urzędami pracy opracowują i aktualizują informacje zawodowe oraz inne zasoby informacji pomocne w aktywnym poszukiwaniu pracy i upowszechniają je na terenie województwa;
3. Prowadzą zajęcia aktywizacyjne na rzecz bezrobotnych i poszukujących pracy;
4. Współpracują przy świadczeniu usług EURES;
5. Współdziałają z powiatowymi urzędami pracy w opracowywaniu i realizowaniu indywidualnych planów działania;

Więcej informacji na temat poradnictwa zawodowego i planowania kariery można znaleźć na stronie: www.doradca-zawodowy.pl

POWIATOWE URZĘDY PRACY

Zadania:

1. opracowanie i realizacja programu promocji zatrudnienia oraz aktywizacji lokalnego rynku pracy;
2. pozyskiwanie i gospodarowanie środkami finansowymi na realizację zadań z zakresu aktywizacji lokalnego rynku pracy;
3. udzielanie pomocy bezrobotnym i poszukującym pracy w znalezieniu pracy, a także pracodawcom w pozyskaniu pracowników przez pośrednictwo pracy i poradnictwo zawodowe;
4. rejestrowanie bezrobotnych i poszukujących pracy;
5. inicjowanie i wdrażanie instrumentów rynku pracy;
6. inicjowanie, organizowanie i finansowanie usług i instrumentów rynku pracy;
7. inicjowanie i wspieranie tworzenia klubów pracy;
8. inicjowanie, organizowanie i finansowanie projektów lokalnych i in-

- nych działań na rzecz aktywizacji bezrobotnych;
9. opracowywanie analiz i sprawozdań, w tym prowadzenie monitoringu zawodów deficytowych i nadwyżkowych, oraz dokonywanie ocen dotyczących rynku pracy na potrzeby powiatowej rady zatrudnienia oraz organów zatrudnienia;
 10. inicjowanie i realizowanie przedsięwzięć mających na celu rozwiązanie lub łagodzenie problemów związanych z planowanymi zwolnieniami grup pracowników z przyczyn dotyczących zakładu pracy;
 11. współdziałanie z powiatowymi radami zatrudnienia w zakresie promocji zatrudnienia oraz wykorzystania środków Funduszu Pracy;
 12. współpraca z gminami w zakresie upowszechniania ofert pracy, upowszechniania informacji o usługach poradnictwa zawodowego i szkoleniach, organizacji robót publicznych oraz zatrudnienia socjalnego na podstawie odrębnych przepisów;
 13. przyznawanie i wypłacanie zasiłków oraz innych świadczeń z tytułu bezrobocia;
 14. realizowanie zadań wynikających z prawa swobodnego przepływu pracowników między państwami, w szczególności realizowanie zadań z zakresu udziału w sieci EURES;
 15. organizowanie i finansowanie szkoleń.

Na zamówienie szkoły wyżej wymienione instytucje mogą zorganizować dla młodzieży szkolenia lub prelekcje na temat wyboru zawodu.

Więcej informacji na temat poradnictwa zawodowego i planowania kariery można znaleźć na stronie: www.doradca-zawodowy.pl

OCHOTNICZE HUFCE PRACY

Ochotnicze hufce pracy to państwowa jednostka budżetowa wykonująca zadania Państwa w zakresie zatrudnienia oraz przeciwdziałania marginalizacji i wykluczeniu społecznemu młodzieży, a także zadania w zakresie jej kształcenia i wychowania. Ochotnicze Hufce Pracy nawiązują w swojej działalności do tradycji Junackich Hufców Pracy, które zostały powołane do życia dekretem – z dnia 22 września 1936 roku – Prezydenta Rzeczypospolitej Ignacego Mościckiego. Natomiast same Ochotnicze Hufce Pracy powstały 13 czerwca 1958 roku - Uchwałą Rady Ministrów Nr 201/58. Obecnie Ochotnicze Hufce Pracy to państwowa jednostka, do której głównych zadań należy: wspomaganie systemu oświaty poprzez

aktywizację społeczną, zawodową i ekonomiczną młodzieży, podejmowanie działań zmierzających do podwyższania kwalifikacji zawodowych lub przekwalifikowania, wspieranie inicjatyw służących przeciwdziałaniu bezrobociu i wychowaniu w procesie pracy, w tym organizowanie zatrudnienia oraz organizowanie międzynarodowej współpracy młodzieży. Adresatami oddziaływań OHP są trzy grupy młodzieży w wieku 15-25 lat.

Pierwszą grupę stanowi młodzież zaniedbana, o zmniejszonych szansach życiowych, pochodząca ze środowisk niedostosowanych społecznie, w dużej części patologicznych, czasem kryminogennych, mająca trudności w szkole. Każdego roku młodzież ta – w liczbie ponad 32 tysięcy – jest rekrutowana do ponad 200 jednostek organizacyjnych o charakterze opiekuńczo-wychowawczym. Młodzież z pierwszej grupy kierowana jest do placówek OHP przez kuratorów, poradnie pedagogiczno-psychologiczne, ośrodki pomocy społecznej, pogotowia opiekuńcze, sądy dla nieletnich, policję i domy dziecka. Jednak przyjęta do OHP może być tylko na zasadzie dobrowolności.

Drugą grupę stanowią absolwenci szkół ponadgimnazjalnych (bądź uczniowie ostatnich klas tych szkół), absolwenci wyższych uczelni – młodzież wykształcona i z pewnymi już kwalifikacjami zawodowymi – zagrożona jednak bezrobociem. Dla tej młodzieży w OHP przewidziane są działania z obszaru rynku pracy.

Trzecią grupą są uczniowie szkół ponadgimnazjalnych i studenci, którzy w czasie wolnym od nauki chcą pracować za pośrednictwem OHP, zdobyć doświadczenie zawodowe i przy okazji poprawić własną sytuację materialną.

W zakresie wychowania młodzieży – uczestników OHP – najważniejszymi obszarami działalności są: profilaktyka społeczna – w tym profilaktyka uzależnień, profilaktyka negatywnych zachowań oraz profilaktyka zdrowotna, edukacja i aktywizacja w różnych dziedzinach życia społecznego (ekologicznej, obywatelskiej, międzykulturowej, itp.). Oddziaływania wychowawcze są realizowane przede wszystkim poprzez organizowanie przedsięwzięć edukacyjnych, kulturalno-oświatowych, rekreacyjno-sportowych i turystycznych, a także różnych form pomocy psychologicznej i specjalistycznej. W jednostkach organizacyjnych na terenie całego kraju funkcjonuje jednolity „System wychowania”, który stanowi swoiste vademecum dla kadry oraz źródło inspiracji do wyboru i wypracowania efektywnych treści i form działalności na rzecz powierzonej OHP młodzieży. W praktyce wychowawczej instytucji wiodącą rolę odgrywa wychowanie przez pracę i dla rynku pracy. Praca jest wykorzystywana jako skuteczna

metoda wychowawcza.

Ochotnicze Hufce Pracy są instytucją nowoczesną, wykorzystującą najnowsze rozwiązania i metody pracy z młodzieżą, reagującą na bieżąco na zmieniające się uwarunkowania i potrzeby społeczne młodzieży, a także aktualne wymogi rynku pracy. Są instytucją aspirującą do roli lidera w kraju w dziedzinie aktywizacji zawodowej i społecznej młodego pokolenia

Opracowano na podstawie strony internetowej OHP: www.ohp.pl

CENTRA EDUKACJI I PRACY MŁODZIEŻY

Powyższe zadania są realizowane poprzez Komendę Główną OHP oraz podległe jej 16 Wojewódzkich Komend OHP wraz z 49 Centrami Edukacji i Pracy Młodzieży oraz 9 Centrami Kształcenia i Wychowania. Ze względu na charakter realizowanych zadań podstawowe jednostki OHP dzielą się na dwie grupy:

- jednostki o charakterze opiekuńczo-wychowawczym, których jest 216 w tym: 9 Centrów Kształcenia i Wychowania, 28 Ośrodków Szkolenia i Wychowania, 101 Hufców Pracy oraz 78 Środowiskowych Hufców Pracy. W jednostkach tych jest zorganizowanych obecnie ponad 33,5 tys. młodzieży,
- jednostki realizujące zadania na rzecz rynku pracy, tworzące sieć blisko 430 podmiotów, a wśród nich: Centra Edukacji i Pracy Młodzieży, Mobilne Centra Informacji Zawodowej, Młodzieżowe Biura Pracy i ich filie, Młodzieżowe Centra Kariery, Punkty Pośrednictwa Pracy, Kluby Pracy.

Wszystkie wymienione wyżej jednostki organizacyjne OHP, w mniejszym lub większym stopniu mają charakter placówek otwartych – realizują zadania na rzecz miejscowej społeczności, przy współpracy i współdziałaniu z lokalnymi władzami samorządowymi, pracodawcami, stowarzyszeniami i fundacjami działającymi na określonym terenie.

Rokrocznie do OHP zgłasza się blisko ćwierć miliona młodzieży, z czego ponad połowa podejmuje pracę – w większości sezonową, krótkoterminową. Jednostki, do których może się zgłaszać, to: Hufce Pracy, Środowiskowe Hufce Pracy, Ośrodki Szkolenia i Wychowania oraz Centra Kształcenia i Wychowania. Młodzi ludzie, którzy są w najtrudniejszej sytuacji rodzinnej i materialnej mają zagwarantowane w tych placówkach bezpłatne miejsce w internacie i pełne wyżywienie.

Zdobywanie wykształcenia na zasadzie uczestnictwa w OHP jest jedną z dróg uzyskiwania wiedzy ogólnej i przygotowania zawodowego w ramach

polskiego systemu oświaty. Uczestnik OHP uzupełnia wykształcenie ogólne w zakresie szkoły podstawowej lub gimnazjum z jednoczesnym przygotowaniem do wykonywania określonej pracy albo zdobywa kwalifikacje zawodowe na poziomie zasadniczej szkoły zawodowej. Kształcenie ogólne jest realizowane w szkołach publicznych. Praktyczne przygotowanie zawodowe odbywa się u pracodawców zewnętrznych (np. rzemieślników) lub też w gospodarstwach pomocniczych OHP. Nauka zawodu trwa 2 lub 3 lata – w zależności od programu nauczania. Absolwent OHP otrzymuje świadectwo ukończenia szkoły, a po zdaniu egzaminu z przygotowania zawodowego – tytuł zawodowy lub zaświadczenie o ukończeniu przygotowania do wykonywania określonej pracy. Zatrudnienie i przygotowanie zawodowe uczestników OHP odbywa się na podstawie indywidualnych umów o pracę zawartych pomiędzy pracodawcą a uczestnikiem OHP – na zasadach dotyczących pracowników młodocianych. Zgodnie z tym uczestnicy OHP otrzymują wynagrodzenie za czas pracy i nauki, korzystają z przysługujących im świadczeń socjalnych, a okres przygotowania zawodowego zaliczany jest im do stażu pracy. Świadectwo ukończenia zasadniczej szkoły zawodowej umożliwia podjęcie dalszej edukacji np. na poziomie szkoły średniej. Oferta OHP w zakresie szkolenia zawodowego jest bardzo różnorodna i umożliwia młodzieży wybór interesującego ją zawodu spośród 78 profesji.

Przez niemal pięć lat – od 1 maja 2009 r. do końca grudnia 2013 r. – Ochotnicze Hufce Pracy będą realizować projekt współfinansowany przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego – Priorytet I Działanie 1.3. Nazwa projektu to „OHP jako realizator usług rynku pracy”.

Opracowano na podstawie strony internetowej OHP: www.ohp.pl

MŁODZIEŻOWE BIURA PRACY

Do Młodzieżowych Biur Pracy (MBP) OHP zaprasza:

- młodzież bezrobotną i poszukującą pracy stałej oraz krótkoterminowej (np. wakacyjnej),
 - młodzież powyżej 15 roku życia uczącą się, studentów,
 - pracodawców dysponujących wolnymi miejscami pracy.
- Oferta pośrednictwa pracy realizowana jest poprzez:
- pozyskiwanie i gromadzenie ofert pracy zarówno dla przyszłych pracowników, jak i pracodawców,
 - pozyskiwanie pracodawców i stałą współpracę z nimi,

- prowadzenie ewidencji osób zgłaszających się do Biura,
- udzielanie osobom poszukującym pracy pomocy w uzyskaniu odpowiedniego zatrudnienia oraz pracodawcom w pozyskaniu pracowników poprzez odpowiedni dobór ofert pracy,
- kierowanie młodzieży do pracy stałej, sezonowej i krótkoterminowej,
- cykliczne organizowanie giełd i targów pracy,
- organizowanie praktyk zawodowych,
- rozpowszechnianie informacji o działalności i możliwościach przyjęcia do hufców pracy,
- prowadzenie działalności informacyjnej dla bezrobotnej młodzieży oraz pracodawców na temat lokalnego rynku pracy, zmian zachodzących na tym rynku, praw i obowiązków osób bezrobotnych, praw pracy wynikających z kodeksu pracy,
- popularyzację elastycznych form zatrudnienia,
- współpracę przy realizacji programów rynku pracy.

Do MBP i ich filii zgłasza się corocznie około 170 tys. młodzieży, z czego każdego roku ponad 100 tys. młodych osób podejmuje pracę.

Aktualne oferty pracy dostępne są na stronie www.mbp.ohp.pl

Kluby Pracy to miejsce spotkań osób poszukujących zatrudnienia, w którym podstawową formą pracy są zajęcia indywidualne i grupowe. Celem tych zajęć jest nabycie umiejętności poszukiwania i uzyskania zatrudnienia poprzez poznanie swoich mocnych i słabych stron, sposobów prezentacji swojej osoby, zainteresowań. Działalność klubu stanowi jedną z form aktywnej walki z bezrobociem i łagodzenia jego negatywnych skutków. Kluby Pracy OHP realizują zadania z zakresu aktywnego poszukiwania pracy przede wszystkim w stosunku do uczniów, absolwentów i młodzieży bezrobotnej nie posiadającej doświadczenia w poszukiwaniu pracy lub napotykającej trudności w uzyskaniu zatrudnienia. Szkolenia prowadzone przez liderów klubów pracy nie tylko uczą technik poszukiwania pracy, ale nastawione są na zmianę sposobu myślenia o własnej sytuacji zawodowej oraz wzbudzenie w uczestnikach motywacji do podjęcia działań zmierzających do zmiany tej sytuacji.

Podczas szkolenia uczestnicy klubu pracy mogą:

- poznać procesy i tendencje zachodzące na rynku pracy,
- poznać swoje mocne strony i ocenić ich atrakcyjność na rynku pracy,
- dokonać bilansu umiejętności, możliwości i predyspozycji za-

- wodowych,
- przygotować się do skutecznej autoprezentacji i rozmowy kwalifikacyjnej,
 - poznać aktywne metody poszukiwania pracy,
 - nauczyć się właściwego analizowania ofert pracy,
 - poznać zasady pisania dokumentów aplikacyjnych,
 - opracować strategie pokonywania barier w zatrudnieniu,
 - stworzyć sieć kontaktów pomocną w zatrudnieniu,
 - zapoznać się z podstawami prawa pracy.

Osoby odwiedzające klub pracy mogą nieodpłatnie korzystać z wszelkich form pomocy grupowej i indywidualnej, a w szczególności wziąć udział w warsztatach aktywnego poszukiwania pracy, których celem jest nabycie umiejętności efektywnego poruszania się po rynku pracy.

Opracowano na podstawie strony internetowej OHP: www.ohp.pl

MOBILNE CENTRA INFORMACJI ZAWODOWEJ

Mobilne Centra Informacji Zawodowej powstały we wrześniu 2004 r. w 49 miastach w ramach II edycji rządowego programu „Pierwsza Praca”.

Każde centrum posiada mikrobus, który umożliwia doradcom zawodowym dotarcie tam, gdzie dostęp do doradztwa zawodowego i zasobów informacji zawodowej jest utrudniony. Centra to zespoły specjalistów – doradców zawodowych wyposażone w sprzęt komputerowy, urządzenia techniczne oraz biblioteki. Każde MCIZ ma także swoją stacjonarną jednostkę, działającą niezależnie od wyjazdów w teren.

Głównym celem Mobilnych Centrów Informacji Zawodowej (MCIZ) jest przełamanie bariery dostępu do informacji zawodowej i zapobieganie wykluczeniu społecznemu młodzieży wchodzącej na rynek pracy zamieszkałej na terenach małych miast i wsi.

Trzy podstawowe zadania stawiane przed Mobilnymi Centrami Informacji Zawodowej to:

- prowadzenie zajęć grupowych - spotkań informacyjnych i warsztatów,
- udzielanie informacji zawodowych,
- prowadzenie porad indywidualnych.

MCIZ oferują nowoczesną multimedialną informację o zawodach, szko-

łach zawodowych, jednostkach szkolących, kursach. Świadczą usługi dla młodzieży poszukującej pracy, zagrożonej wykluczeniem społecznym, uczącej się oraz absolwentów. Udzielają porad w formie stacjonarnej i mobilnej z dojazdem do zainteresowanych placówek. Współpracują z powiatowymi urzędami pracy, jednostkami administracji samorządowej, placówkami oświatowymi, w tym ze szkolnymi ośrodkami kariery, instytucjami pozarządowymi funkcjonującymi na lokalnym rynku pracy.

Dzięki działalności MCIZ młodzi ludzie mają znacznie ułatwiony dostęp do:

- informacji edukacyjno-zawodowej,
- multimedialnych programów komputerowych,
- informacji o rynku pracy,
- specjalistycznych szkoleń, treningów interpersonalnych,
- metod planowania kariery zawodowej oraz poszukiwania pracy,
- testów, między innymi Kwestionariusza Zainteresowań Zawodowych,
- tworzenia „Indywidualnego Projektu Kariery – Portfolio dla młodzieży”.

Każdy, kto zgłosi się do MCIZ, może bezpłatnie skorzystać z porad doradców zawodowych, wziąć udział w warsztatach aktywizacji zawodowej, planowania ścieżki kariery zawodowej, orientacji zawodowej, zostanie poddany testom predyspozycji zawodowych.

Opracowano na podstawie strony internetowej OHP: www.ohp.pl

MŁODZIEŻOWE CENTRA KARIERY

Pierwsze Młodzieżowe Centra Kariery powstały we wrześniu 2005 roku. Ich budowa stanowiła ważny etap tworzenia przez Ochotnicze Hufce Pracy sieci profesjonalnych placówek poradnictwa i informacji zawodowej dla młodzieży. Kolejne tego typu jednostki tworzone są w ramach projektu „OHP jako realizator usług rynku pracy” współfinansowanego ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego. Do października 2010 roku utworzono 80 nowych MCK, zaś docelowo, do 2013 roku w ramach unijnego projektu planuje się powstanie 150 tego typu placówek. MCK kierują swe usługi do młodzieży z lokalnych środowisk chcącej skorzystać z usług doradców zawodowych oraz zasobów informacji edukacyjno-zawodowej, a także do uczestników oraz absolwentów OHP. Charakter tworzonej sieci Młodzieżowych Centrów Kariery uwzględnia potrzeby lokalnych społeczności oraz nowe uwarunko-

wania wynikające z tendencji europejskiego poradnictwa zawodowego. Szczególny nacisk kładzie się na realizację zagadnień związanych z przedsiębiorczością i samozatrudnieniem oraz umiejętnością kierowania i kreowania własnej przyszłości zawodowej, stąd **program Młodzieżowych Centrów Kariery zawiera się w czterech podstawowych obszarach tematycznych:**

- informacja i poradnictwo zawodowe zarówno indywidualne, jak i grupowe,
- pomoc w identyfikacji zasobów młodego człowieka istotnych dla jego funkcjonowania zawodowego,
- projektowanie indywidualnych planów działania,
- przedsiębiorczość i samozatrudnienie.

Oferta MCK to przede wszystkim:

- prowadzenie zajęć indywidualnych i grupowych z dziedziny szeroko pojętego poradnictwa zawodowego,
- udzielanie indywidualnych i grupowych informacji o możliwościach kształcenia, szkolenia, poszukiwanych zawodach na lokalnym i europejskim rynku pracy,
- przygotowywanie młodzieży do planowania kariery zawodowej poprzez tworzenie wraz z klientem Portfolio Indywidualnego Projektu Kariery,
- nauczenie technik autoprezentacji,
- przybliżanie zagadnień związanych z przedsiębiorczością i zakładaniem własnej firmy oraz kreowanie postaw przedsiębiorczych,
- badanie preferencji zawodowych, ocena własnych mocnych i słabych stron,
- wykonywanie testów zainteresowań i uzdolnień zawodowych (m. in. Kwestionariusza Zainteresowań Zawodowych).

Ponadto Młodzieżowe Centra Kariery gromadzą, opracowują i aktualizują szeroko rozumianą informację edukacyjno-zawodową i kontynuują działania w ramach utworzonej Platformy Programowej „OHP dla Szkoły” ze Szkolnymi Ośrodkami Kariery oraz innymi instytucjami i organizacjami wspierającymi poradnictwo zawodowe. Zasoby metodyczne MCK to bogaty zestaw książek i czasopism pomocnych przy zakładaniu i prowadzeniu własnej firmy oraz cały pakiet informacji zawodoznawczych. W siedzibach MCK można również skorzystać z programów multimedialnych, gier szkoleniowych oraz filmów pomagających nabyć umiejętności niezbędne

przy poszukiwaniu zatrudnienia lub zakładaniu własnej firmy.

Koordinacją i rozwojem sieci Mobilnych Centrów Informacji Zawodowej i Młodzieżowych Centrów Kariery zajmuje się Centralny Ośrodek Metodyczny Informacji Zawodowej (COMIZ) usytuowany przy Komendzie Głównej OHP.

Do jego zadań należy:

- tworzenie założeń i wdrażanie założeń MCIZ i MCK,
- badanie, rozwój i tworzenie metod stosowanych w poradnictwie zawodowym,
- koordynowanie aktualizacji i rozbudowy systemu informacji edukacyjno-zawodowej,
- budowa systemu kształcenia i doskonalenia doradców zawodowych,
- inicjowanie projektów współfinansowanych ze środków Unii Europejskiej.

Opracowano na podstawie strony internetowej OHP: www.ohp.pl

Aneks 2

INNE INSTYTUCJE OFERUJĄCE POMOC MŁODYM LUDZIOM

(oprac. Ewa Wysocka)

Towarzystwo Pomocy Młodzieży – Warszawa: do TPM zgłasza się młodzież z różnymi trudnościami życiowymi. Towarzystwo oferuje pomoc psychologiczną, szkolenia i warsztaty dla młodzieży i rodziców.

- 1. Fundacja „Masz Szansę”:** działa na terenie całej Polski i skoncentrowana jest na zadaniach profilaktycznych, terapeutyczno-rehabilitacyjnych i konsultacyjno-doradczych. Głównymi celami Fundacji są: stymulowanie prawidłowego rozwoju psychicznego i społecznego dzieci i młodzieży; korygowanie zaburzeń w funkcjonowaniu intrapsychnicznym, interpersonalnym i społecznym dzieci i młodzieży; zapewnianie rodzicom, wychowawcom, nauczycielom itp. wszechstronnej pomocy w prawidłowej realizacji procesu wychowawczego.
- 2. Ośrodek Psychoterapii IPZ** – Warszawa: ośrodek udziela profesjonalnej pomocy psychologicznej w postaci konsultacji psychologicznych, porad psychologicznych, psychoterapii indywidualnej, psychoterapii grupowej, psychoterapii małżeńskiej, konsultacji rodzinnych, treningów psychologicznych, zajęć tematycznych.
- 3. Gabinet psychologiczny „Fenix” w Toruniu:** oferuje pomoc psychologiczną zespołu specjalistów, prowadzących m.in. terapie osób dorosłych, par małżeńskich/partnerskich, młodzieży, dzieci.
- 4. „Intra” Ośrodek Pomocy i Edukacji Psychologicznej – Warszawa:** ośrodek zajmuje się konsultacjami psychiatrycznymi i psychologicznymi, psychoterapią grupową oraz treningami i warsztatami psychologicznymi mającymi pomóc w życiu i rozwoju osobistym.
- 5. Centrum Zdrowia Psychicznego – Warszawa:** centrum udziela pomocy osobom z problemami emocjonalnymi, depresją, stanami lękowymi, bezsennością, zaburzeniami nerwicowymi, zaburzeniami seksualnymi, problemami alkoholowymi, zaburzeniami pamięci, problemami okresu dojrzewania.
- 6. Instytut Psychiatrii i Neurologii – Warszawa:** psychoterapia prowadzona jest w Klinice Nerwic, Klinice Psychiatrii Dzieci i Młodzieży oraz w Przyklinicznej Przychodni – Poradni Zdrowia Psychicznego.

- 7. Helpline.org.pl:** celem projektu Helpline.org.pl jest pomoc dzieciom i młodzieży w przypadkach, gdy ich bezpieczeństwo w Internecie jest zagrożone, a także wprowadzanie zmian systemowych, które pozwolą skuteczniej chronić najmłodszych użytkowników nowych technologii.
- 8. CPP – Centrum Pomocy Profesjonalnej – Warszawa:** ośrodek udziela pomocy psychologicznej, psychiatrycznej i seksuologicznej dla dzieci, młodzieży i dorosłych. Prowadzi diagnostykę psychologiczną, konsultacje i leczenie psychiatryczne, psychoterapie indywidualne, małżeńskie i rodzinne, a także treningi i warsztaty psychoedukacyjne.
- 9. Specjalistyczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna „Uniwersytet dla Rodziców”:** poradnia świadczy bezpłatną pomoc w sprawach wychowawczych, rodzinnych i osobistych, przede wszystkim dla rodziców, ale także dla małżonków oraz dorosłych i dorastających dzieci.
- 10. Centrum Psychoprofilaktyki i Psychoedukacji – Wrocław:** koncentruje się głównie na nerwicach, depresjach, psychozach, uzależnieniach, od alkoholu i środków psychoaktywnych, zaburzeniach okresu dojrzewania i przekwitania.
- 11. Ośrodek Profilaktyki Środowiskowej – Łódź:** ośrodek prowadzi grupy wsparcia, grupy terapeutyczne, spotkania indywidualne, zajęcia klubowe dla młodzieży w wieku 14–19 lat, na terenie Łodzi.
- 12. „Empatia” Ośrodek Psychoterapii dla DDA i DDD – Wrocław:** ośrodek prowadzi konsultacje psychologiczne, psychoterapię indywidualną i grupową dla osób z syndromem DDA (osoby pochodzące z rodzin z problemem uzależnienia od alkoholu) i DDD (osoby pochodzące z dysfunkcyjnych rodzin). Oprócz tego prowadzi warsztaty rozwoju kobiecości.
- 13. Poradnia Pedagogiczno-Psychologiczna „Dialog” – Warszawa:** świadczy usługi edukacyjne, psychologiczne i pedagogiczne dla dzieci, młodzieży i dorosłych (pedagog, psycholog, logopeda, ADHD, terapia sensoryczna, reedukacja, doradztwo zawodowe, grupy wsparcia, badania diagnostyczne).

„Praca odpowiada wszelkim oczekiwaniom wobec tego typu tekstów. Przy zachowaniu wymogów dotyczących merytorycznych aspektów opisu rozwoju dorastających jest równocześnie tekstem komunikatywnym, dobrze ukierunkowanym, trafiającym do gimnazjalistów i właściwie „objaśniającym” zawile ścieżki związane z rozwojem młodzieży w wieku 13-16 lat i dokonywanym przez nastolatków wyborem rodzaju dalszej edukacji, a także zawodu. [...] Wywód jest zrozumiały, tekst rzetelny, dialog z czytelnikiem nawiązany i właściwie sfinalizowany.”

Z recenzji dr. Wojciecha Soborskiego UP



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Publikacja współfinansowana przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego