

## PROBLEMY OKRESU DOJRZEWANIA

Okres adolescencji przypada na tzw. wczesną fazę dojrzewania. Dokonują się wtedy istotne zmiany w sferze biologicznej, psychicznej i w obszarze funkcjonowania społecznego młodego człowieka. Kierunek tych zmian zależy od czynników biologicznych, indywidualnych predyspozycji, wpływów rodziny, uwarunkowań kulturowych i cywilizacyjnych. W okresie tym zachodzą procesy ustanawiania własnej autonomii, budowania tożsamości psychologicznej i społecznej, tworzenie swojej hierarchii wartości i sposobu prezentacji siebie w kontakcie z drugim człowiekiem. Okres adolescencji często przebiega w sposób burzliwy, z niepokojem, lękiem, smutkiem, poczuciem zagubienia w świecie. Skrajnie może on się przejawiać w formie prób samobójczych, uzależnień, zachowań przestępczych, niewydolności szkolnej, depresji. Rodzicom a także nauczycielom niejednokrotnie trudno jest określić granicę między naturalnym kryzysem adolescencji a zaburzeniami psychicznymi wymagającymi pomocy specjalistycznej.

Często objawy, które budzą poważne objawy u osoby dorosłej, u nastolatka nie są objawami chorobowymi. Dotyczy to takich zjawisk jak: zbyt mocne, nieproporcjonalne reakcje emocjonalne, zmienność nastroju, nietrwałość uczuć, nieuzasadniony smutek, łatwość podejmowania działań agresywnych i autoagresywnych, samotność i izolacja, koncentracja na sobie samym, intensywne analizowanie sensu życia, zachowania buntownicze.

Pomijając jednak naturalny kryzys adolescencji lekarze, psycholodzy, pedagodzy zwracają uwagę na wzrost w Polsce zaburzeń zdrowia psychospołecznego u dzieci i młodzieży szkolnej. Jak pisze B. Woynarowska należą do nich zaburzenia zachowania, zaburzenia osobowości, psychozy oraz różne formy nieprzystosowania społecznego, w tym używanie środków uzależniających i samobójstwa. Określa się je terminem "nowa zachorowalność";. Coraz częściej opisywana jest w literaturze naukowej i dyskutowane na konferencjach naukowych.

Obserwacja i doświadczenie w pracy pedagoga szkolnego z młodzieżą gimnazjalną potwierdza te wnioski. Znacznemu obniżeniu w ciągu ostatnich lat uległa kondycja psychofizyczna uczniów. Coraz częściej skarżą się oni na różnego rodzaju dolegliwości: zmęczenie, rozdrażnienie, bóle głowy, trudności w zasypianiu. Coraz częstsze są również przypadki agresji, wzrasta liczba młodzieży pijącej alkohol i sięgającej po narkotyki. Ucieczka w alkohol i narkotyki jest objawem m.in. nie radzenia sobie z problemami. Środki psychoaktywne zapełniają pustkę uczuciową, zmniejszają niepokój i frustrację.

Niepokojący jest brak oparcia psychicznego w domu rodzinnym. Rodzice są często zajęci pracą zawodową, dorabianiem "po godzinach". Inni borykają się z problemem bezrobocia, obawą o utratę pracy. Coraz częściej słyszy się o samobójstwach osób dorosłych, które z takich czy innych przyczyn nie potrafili poradzić sobie z problemami życia codziennego (m.in. z zapewnieniem warunków bytowych rodzinie).

Duży odsetek dzieci wychowuje się w rodzinach z problemem alkoholowym, co również nie pozostaje obojętnym dla ich funkcjonowania psychofizycznego. Dlatego też w profilaktyce zdrowia uczniów istnieje konieczność udzielania wsparcia i wzmacniania rodziny. Jej niewydolność i dysfunkcjonalność jest przyczyną nieprzystosowania społecznego dzieci i młodzieży i występowania zaburzeń zdrowotnych.

W praktyce szkolnej nie bez znaczenia dla zdrowia psychicznego uczniów pozostaje również fakt zbyt dużego obciążenia zadaniami szkolnymi. Środowisko szkolne w jakim pracują dzieci może mieć związek z różnego typu zaburzeniami zdrowotnymi. Nierzadkim przekonaniem nauczycieli oraz rodziców jest to, że różnego rodzaju dolegliwości psychosomatyczne młodzieży szkolnej są wytworem ich fantazji lub wręcz histerycznym zachowaniem się w obliczu trudności związanych z uczęszczaniem do szkoły w myśl

powiedzenia "paluszek i główka to szkolna wymówka".

Poradnie psychologiczno-pedagogiczne, które diagnozują uczniów skierowanych przez szkołę ze względu na zaburzenia zachowania często zwracają uwagę na następujące problemy uczniów:

- trudności i niepowodzenia szkolne
- niezadowolenie z kontaktów rodzinnych
- trudności w kontaktach rówieśniczych
- zaburzenia emocjonalne ( wysoki poziom lęku oraz napięcie psychiczne)

Problemy z którymi młody człowiek nie potrafi się uporać, a które zagrażają jego zdrowiu fizycznemu, psychicznemu, a także społecznemu są bardzo zróżnicowane.

Najczęstsze problemy z jakimi gimnazjaliści zgłaszają się do pedagoga szkolnego dotyczą:

- niepowodzeń w szkole
- konfliktów z nauczycielami
- zaburzeń w funkcjonowaniu rodziny ( głównie problem alkoholowy )
- konfliktów w grupie rówieśniczej
- przeżywania młodzieńczych uczuć
- przeżywanych konfliktów wewnętrznych
- nieakceptowania wyglądu zewnętrznego
- osamotnienia, chęci rozmowy lub bycia z kimś
- problemów bytowych związanych z trudną sytuacją materialną

Istnienie tych problemów zmusza szkołę do podejmowania intensywnych działań wychowawczych, skierowanych na kształtowanie dojrzałej osobowości, budowanie pozytywnych relacji między nauczycielami a uczniami. Oddziaływania profilaktyczno-wychowawcze skupiają się na kształtowaniu umiejętności radzenia sobie w trudnych sytuacjach, radzenia sobie ze stresem, z własną i cudzą agresją, rozwijaniu empatii i zrozumienia, wyrażaniu uczuć i emocji, skutecznych sposobów opierania się presji rówieśników, nauce asertywności.