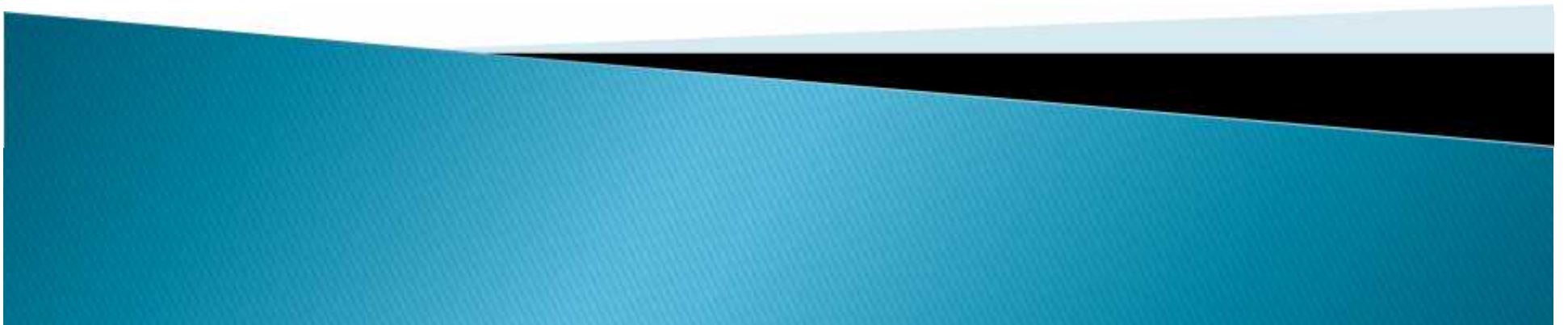


Particularitățile de dezvoltare la preadolescenți și adolescenți



Ce este adolescența...?

(Brainstorming)



Adolescența

- Perioada intensă de dezvoltare fiziologică, psihologică și socială cu particularități, caracteristici, nevoi și drepturi specifice.
- Timp al dezvoltării cunoștințelor, abilităților, deprinderilor, emoțiilor, sentimentelor și relațiilor interumane, cu impact puternic asupra adolescentului și a vieții lui ca viitor adult.
- Schimbările la nivel hormonal, neurologic, fiziologic, cognitiv și emoțional sunt însoțite de transformări la nivel de interacțiuni sociale. Mediul de socializare al adolescentului este diferit de cel al copilului, grupurile din care face parte având o importanță și o influență mai mare decât în copilărie.



Dezvoltarea fizică și maturizarea fiziologică

- ▶ Atât băieții cât și fetele prezintă schimbări fiziologice dramatice. Are loc o creștere explozivă în înălțime, greutate, și o dezvoltare semnificativă a musculaturii și scheletului.
- ▶ Aparatul reproducător se dezvoltă și se maturizează.
- ▶ Apar caracterelor sexuale secundare.
- ▶ Schimbările fizice și modificările brute ale înfățișării afectează conceptul de sine și personalitatea.



Impactul psihologic al maturizării sexuale

- ▶ Fiecare copil sau tânăr are un model intern despre ce e “normal” sau “corect” și se întâmplă o dată cu venirea pubertății și despre momentul când trebuie să traverseze toate schimbările fizice pe care le presupune aceasta. Cu cât este mai mare discrepanța dintre ceea ce crede el că ar trebui să se întâmple și ce i se întâmplă în realitate, cu atât impactul psihologic al acestor schimbări este mai mare.
- ▶ Unul din marile paradoxuri ale adolescenței este în faptul că există o luptă continuă între dorința de a fi “tu însuși / însăși”, de a-ți afla propria identitate, și dorința de a fi cât mai asemenea prietenilor tăi. Orice ar putea să îl îndepărteze pe adolescent de grupul său are efecte negative și, din această cauză, tinerii sunt adesea tulburați de o maturizare sexuală prea rapidă sau prea lentă, pe care o cataloghează și o resimt drept anormală.



Dezvoltarea psiho-socială în adolescență

A. Adolescența timpurie (pubertatea) - 12-14 ani

Nevoia de independență

- ▶ Lupta cu sentimentul de identitate
- ▶ Labilitate emoțională
- ▶ Capacități sporite de exprimare verbală a propriei persoane
- ▶ Exprimare mai facilă a sentimentelor prin acțiune decât prin cuvinte
- ▶ Importanță crescândă acordată prietenilor
- ▶ Atenție redusă acordată părinților, cu accese ocazionale de “obraznicie”
- ▶ Realizarea faptului că părinții nu sunt perfecți; identificarea erorilor acestora
- ▶ Căutarea unor noi modele pe lângă părinți
- ▶ Tendința de regresie, în momente de criză, la comportamente infantile
- ▶ Influență sporită a grupului de prieteni (interese, îmbrăcăminte)

Interese profesionale

- ▶ Preponderent interese pentru viitorul apropiat și pentru prezent
 - ▶ Abilitate sporită de muncă susținută

Sexualitate

- ▶ Prieteni de același sex, activități de grup cu aceștia
- ▶ Timiditate
- ▶ Nevoie de intimitate
- ▶ Experimentarea propriului corp (masturbare)
- ▶ Întrebări în legătură cu propria normalitate

Etică și autocontrol

- ▶ Experimentare ocazională cu țigări, marijuana, alcool
 - ▶ Testarea regulilor și a limitelor



B. Adolescența de mijloc - 14-17 ani

Nevoia de independență

- ▶ Implicare a propriei persoane, alternând între expectanțe nerealiste de înalte și un concept de sine rudimentar
- ▶ Nemulțumire legată de interferența părinților cu propria independență
- ▶ Preocupări excesive în legătură cu propriul corp
- ▶ Sentimentul de "ciudățenie" în legătură cu sine și cu propriul corp
- ▶ Păreră proastă despre părinți, "investiție" emoțională redusă în aceștia
- ▶ Efort de stabilire a unor noi prietenii
- ▶ Accent sporit pe noul grup de prieteni, cu identitatea de grup definită prin selectivitate, superioritate și competitivitate
- ▶ Perioade de tristețe, care însoțesc "pierderea psihologică" a părinților
- ▶ Autoanaliză amplificată, uneori sub forma unui jurnal

Interese profesionale

- ▶ Interese intelectuale mai pronunțate
- ▶ Unele energii sexuale și agresive direcționate înspre interese creative

Sexualitate

- ▶ Preocupări legate de atractivitatea sexuală
- ▶ Relații pasagere
- ▶ Deplasare "către" heterosexualitate, cu teama de homosexualitate
- ▶ Sentimente de tandrețe dar și de teamă față de sexul opus
- ▶ Sentimente de dragoste și pasiune

Etică și autocontrol

- ▶ Dezvoltarea idealurilor și selecția modelelor de rol
- ▶ Mult mai consistentă evidențiere a "sârguinciozității"
 - ▶ Capacitate sporită de fixare a scopurilor
 - ▶ Interes pentru problemele morale



C. Adolescen a târzie - 17-20 ani

Nevoia de independen

- ▶ Identitate ferm
- ▶ Capacitate de amânare a recompenselor
- ▶ Sim al umorului mult mai dezvoltat
- ▶ Interese stabile
- ▶ Mai mare stabilitate emo ional
- ▶ Capacitate de a lua decizii independente
- ▶ Capacitatea de a face compromisuri
- ▶ Mândria pentru propria munc
- ▶ Încredere în sine
- ▶ Preocupare mai mare pentru ceialal i

Sexualitate

- ▶ Preocup ri pentru rela ii mai stabile
- ▶ Identitate sexual clarificat
- ▶ Capacitate pentru rela ii tandre i senzuale

Interese profesionale

- ▶ Deprinderi de munc mai bine definite
- ▶ Nivel sporit de preocupare pentru viitor

Etic i autocontrol

- ▶ Capacitate de introspec ie i autoanaliz
 - ▶ Accent pe demnitatea personal i stima de sine
- ▶ Capacitatea de fixare a unor scopuri i de urm rire a acestora
 - ▶ Acceptarea institu iilor sociale i a tradi iilor culturale
 - ▶ Autoreglarea stimei de sine



Influența mediului în dezvoltarea socială și dezvoltarea personalității adolescentului

- Părintele este principalul model urmat de copil în dezvoltarea sa.
- Adolescența este un perioadă de socializare intensă, adolescentul caută să își facă prieteni și face parte din diferite grupuri sociale.
- Odată cu vârsta adolescenței, prietenii devin mult mai importante și mai intime; se dezvoltă relații apropiate și cu persoane de sex opus.
- Adolescența este caracterizată de declinul autorității parentale și familiale și creșterea importanței grupului de prieteni.
- Presiunile grupului de prieteni sunt foarte puternice, putând avea atât un efect pozitiv, cât și unul negativ asupra adolescentului.



Stadiile socializării în adolescență

Psihologul francez Guy R. Lefrancois identifică trei stadii ale socializării în adolescență:

1. Dependența de familie

În adolescența timpurie:

- părinții continuă să fie importanți din punctul de vedere al dezvoltării sociale;
- părinții rămân un factor important al echilibrului emoțional și material.
- adolescenții sunt dependenți de familie în sens propriu, nu numai dacă ne gândim la dependența materială, financiară, de confort material, ci și referitor la siguranța și confortul psihologic oferit de familie.



II. Nevoia de independență

Nevoia de independență este în fapt cea care conduce la dezvoltarea adolescentului.

Acest al doilea stadiu este caracterizat de o stare conflictuală atât pentru familie, cât și pentru adolescent.

Conflictul este determinat, pe de o parte, de dragostea și atașamentul copilului pentru părinții săi, de dependența economică și organizatorică de familie și, pe de altă parte, de nevoia de independență crescândă, de nevoia de a aparține și a fi acceptat în grupul de prieteni.



III. Independență relativă

De la o stare de totală dependență față de părinți, adolescenții progresează printr-un stadiu intermediar de conflict către achizițiile unui al treilea stadiu, de relativă independență față de aceștia.

Independența nou câștigată nu înseamnă ruperea tuturor legăturilor cu părinții și legarea totală a adolescentului de grupul de prieteni, ci funcționarea adolescentului ca individ în cercul de prieteni – independență care duce deseori la conflicte în interiorul familiei.



Adolescența atipică

Există o serie de indicatori ai faptului că un adolescent a trecut de limitele uzualei “crize” a vârstei și intră deja în tipare atipice, problematice:

- suspendare, exmatriculare sau scădere spectaculoasă în performanța școlară;
- agresare verbală a celorlalți, crize de furie;
- apartenența la un grup sau o “gașcă” necorespunzătoare;
- pierderea interesului pentru vechile activități care îi produceau plăcere, pentru sporturi sau alte hobby-uri;
- probleme cu legea;
- depresie, izolare;
- tentative de manipulare a adulților;
- lipsă de motivație;
- minciuni frecvente, lipsă de onestitate, furt;
- promiscuitate sexuală;
- idei suicidare;
- consum curent sau doar “experimental” de alcool și droguri.



Probleme adaptative specifice adolescenței

- ▶ Dobândirea independenței față de părinți;
- ▶ Adaptarea la propria maturizare sexuală;
- ▶ Stabilirea unor relații de cooperare și de lucru cu alte persoane, fără însă a fi dominat de acestea;
- ▶ Decizia și pregătirea pentru o anumită vocație;
- ▶ Dezvoltarea unei filosofii de viață, a unor credințe morale și standarde morale; această filosofie de viață va da ordine și consistență deciziilor multiple și acțiunilor pe care individul le are de realizat într-o lume diversă și în schimbare;
- ▶ Dobândirea unui sentiment al identității



Comportamente de risc în adolescență

Renunțarea la școală

- ▶ este mai frecventă la băieți decât la fete
- ▶ există un risc mai mare în familiile cu statut socio-economic scăzut, precum și în cele monoparentale
- ▶ reduce drastic oportunitățile viitoare ale adolescentului și mulți regretă acest pas după un timp

⇒ *Cauze invocate de adolescenți:*

- ▶ notele mici
- ▶ faptul că nu le place școala sau că “nu sunt făcuți pentru școală”
- ▶ nivelul socio-economic scăzut al familiei (caz în care trebuie să se întrețină sau chiar să întrețină familia)
- ▶ căsătorie (mai ales la fete) /sarcină

⇒ *Cauze susținute de studiile de specialitate:*

- lipsa motivației
- stimă de sine scăzută
- încurajare minimă din partea părinților
- așteptări scăzute ale profesorilor
- probleme de disciplină



Consumul de droguri

- ▶ apare la vârste tot mai mici;
- ▶ declinul consumului în SUA și Europa de Vest nu a adus cu sine și declinul în Europa de Est; dimpotrivă, consumul de droguri devine tot mai frecvent în fostele țări comuniste;
- ▶ crește riscul pentru delincvență.



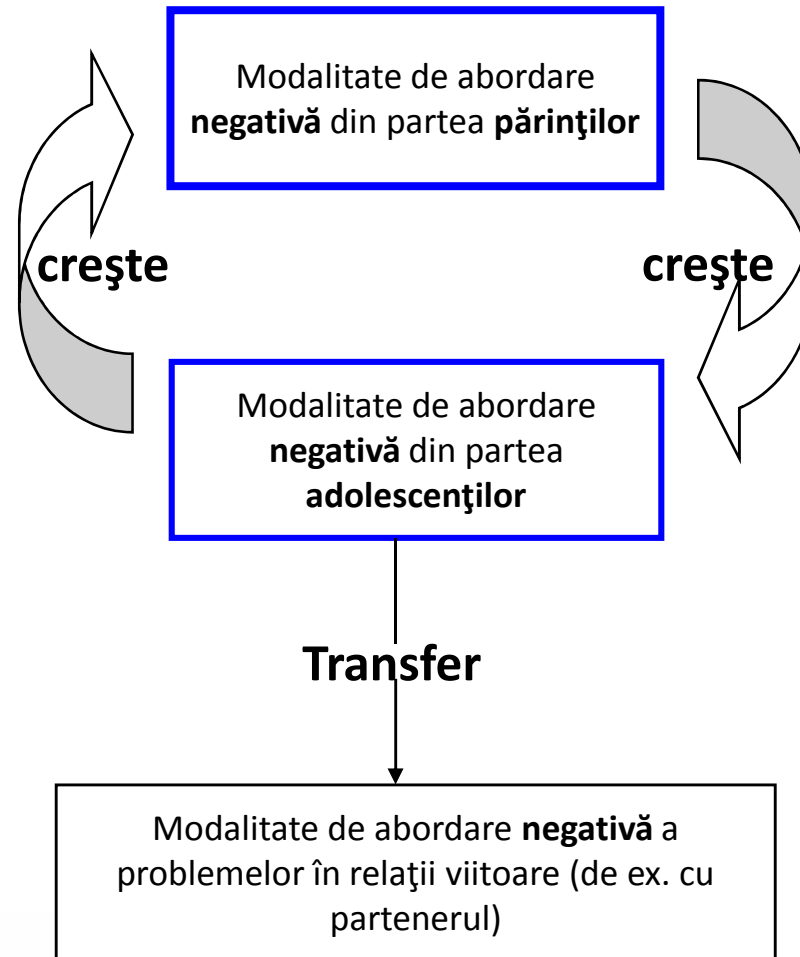
Cele mai “populare” droguri sunt:

alcoolul, țigările, marijuana

- ⇒ *cauze:*
- dorința de a părea adult
 - curiozitate
 - reducerea anxietății
 - impresionarea grupului
 - evitarea problemelor
 - presiunea grupului
 - preluarea comportamentului altor adolescenți din grup
 - simbol al rebeliunii împotriva valorilor parentale



Relația adolescenți-părinți



Relația adolescenți-părinți

- ▶ Cel mai frecvent întâlnit mit referitor la relațiile dintre părinți și copiii lor adolescenți este că, aceștia nu se pot înțelege. Numeroase studii arată însă că relațiile din cadrul familiei sunt mai armonioase decât apar ele în “folclor” și că adolescenții caută de fapt aprobarea părinților.
- ▶ Tensiunea care apare odată cu intrarea copilului în adolescență este prezentă de ambele părți ale relației. Adolescenții simt tensiunea între dorința de a se separa de părinți și înțelegerea faptului că încă depind foarte mult de aceștia. De partea “opusă”, părinții resimt și ei ambivalența dintre dorința de a-și vedea copiii independenți și aceea de a-șiține totuși cât mai mult dependenți de ei.




Rela ia adolescen i-p rin i

- ▶ În lipsa unei comunic ri deschise a acestor st ri contradictorii este firesc s apar conflictele. Dac modul de abordare a problemelor de c tre p rin i este unul negativ (negative affect), adic implic ostilitate, constrângeri nejustificate, acte agresive, adolescentul va înv a acest model de rezolvare de probleme i îl va aplica în viitor i în alte situa ii.



Rela ia adolescen i-p rin i


- ▶ Kim, Conger, Lorenz, Elder (2001) arat c înte irea conflictelor din familiile cu copii adolescen i se datoreaz reciprocit ii dintre modalit ile negative de abordare a problemelor de c tre cei implica i. Ei explic , dup o analiz atent a 451 de familii, faptul c comportamentul negativ al p rin ilor cre te probabilitatea comportamentului negativ al copilului care la rândul lui accentueaz conflictul ini ial. Acesta este men inut a adar datorit reciprocit ii interac iunii i nu atât datorit comportamentelor luate separat (respectiv, comportamentul ostentativ al adolescen ilor i interdic iile p rin ilor).
 - ▶ În acela i studiu, autorii arat c acest model de rezolvare de probleme este transferat ulterior de c tre tân r/ (fostul adolescent) în rela ia de cuplu, ceea ce “amenin ” stabilitatea i calitatea rela iei.
- 

Sugestii pentru părinți

- ▶ Construiți o relație de comunicare deschisă și onestă cu copilul.
- ▶ Construiți un sentiment de încredere și respect reciproc. Respectați copilul ca o persoană distinctă, cu propria libertate de alegere, încurajată proporțional cu vârsta copilului, pe măsura creșterii și dezvoltării lui.
- ▶ Construiți o relație de acceptare și dragoste necondiționată. Prin tot ceea ce faceți transmiteți mesajul că, indiferent de faptul că sunteți sau nu de acord cu un anumit comportament, acceptarea și dragostea dumneavoastră sunt constante. Faceți distincția între persoana copilului și comportamentul dintr-un anumit moment. Discursurile moralizatoare și comparațiile cu alții nu îl ajută pe adolescent să se simtă acceptat, înțeles și văzut, ci îl fac să se închidă sau să se revolte și să se îndepărteze de părinți.
- ▶ Dezvoltați sentimentul de autovalorizare și încrederea în sine a copilului, progresiv, prin mesajele de zi cu zi pe care le transmiteți copilului (conștient sau inconștient), prin tot ceea ce faceți sau spuneți în relație cu copilul. Copiii au nevoie să primească mesaje ca: „Ești valoros! Te iubesc pentru că ești tu! Sunt mereu alături de tine! Te susțin și mă bucur când văd eforturile tale...! Sunt aici pentru tine, cu ce pot să te ajut?”. Controlul excesiv nu duce la consolidarea relației părinte-copil și nici la creșterea încrederii copilului în el însuși.



Sugestii pentru părinți

- ▶ Susțineți copilul în eforturile sale de a-și contura propria personalitate, de a învăța să ia propriile decizii și de a ști când să ceară sfaturi, ajutor, sprijin.
 - ▶ Încurajați și dezvoltați abilitățile de comunicare asertivă ale copilului.
 - ▶ Împărtășiți experiențele folositoare de viață cu copilul, dar nu le impuneți ca rețetă sau adevăr absolut, ci prezentați-le ca un reper de viață.
 - ▶ Dați-i copilului sentimentul că poate apela la sprijinul dumneavoastră dacă se simte presat să facă ceva ce nu își dorește.
 - ▶ Cunoașteți prietenii copilului dumneavoastră și păstrați legătura cu părinții acestora.
 - ▶ Păstrați legătura cu dirigintele și consilierul școlar.
 - ▶ Încurajați pasiunile copilului, practicarea unui sport și implicarea în activități prosoziale (voluntariat, ecologie, etc.).
 - ▶ Asigurați-vă că petreceți timp suficient și de calitate cu copilul.
- 

ACTIVITATE PRACTICĂ

ATITUDINI CONSTRUCTIVE VERSUS ATITUDINI DISCTRACTIVE

- ▶ Cei mai mulți dintre părinți învață „din mers” un repertoriu de comportamente și atitudini despre care au convingerea că funcționează cel mai bine în educarea copiilor/adolescenților;
- ▶ Foarte mulți dintre părinți practică același gen de educație pe care l-au primit la rândul lor de la părinți. Nu întotdeauna modelele preluate sunt bune, respectiv adaptative;
- ▶ Părinții și-ar dori adesea să încerce abordarea unei alte perspective sau să îmbunătățească metodele de disciplinare, dar nu știu care dintre acestea funcționează cel mai bine.

OBIECTIVELE ACTIVITĂȚII:

- ▶ Părinții învață să facă diferența între comportamente constructive și distructive;
- ▶ Părinții identifică consecințele diferitelor comportamente asupra copilului;
- ▶ Părinții realizează analiza de tip costuri - beneficii a diferitelor tipuri sau metode de disciplinare în educație.



SCENARIUL DE LUCRU AL ACTIVITĂȚII:

- ▶ Sarcina propusă părinților este realizată în cadrul unui joc de rol, pe perechi.
- ▶ Unul dintre părinți e **A**, iar celălalt e **B**.
Persoanele **A** trebuie să aleagă un eveniment pozitiv/negativ din copilărie, în relație cu unul din părinți/adulți. Persoanele **A** sunt rugate să-și imagineze că **B** e părintele/adultul. Persoanele **A** sunt invitate să relateze tot ceea ce simt și gândesc în legătură cu acest eveniment. **B** trebuie să asculte și să rămână tăcut. De exemplu, persoanele **A** încep cu cuvintele: „M-ai ajutat atunci când ...”. Se face apoi schimbul de roluri.
- ▶ Părinții sunt rugați să încheie discuțiile și să iasă din rol. Vor discuta în perechi despre cum s-au simțit în timpul exercițiului. Se acordă timp să dezbată și să-și exprime sentimentele referitoare la activitate și să identifice tipurile de răspuns pe care le-ar fi dat din rolul de părinte și cele de care ar fi avut nevoie din rolul de copil.
- ▶ Grupul de părinți participanți se reunește pentru a analiza activitatea. Consilierul școlar poate realiza împreună cu părinții o listă a atitudinilor și răspunsurilor constructive și o listă a celor distructive.

ATITUDINI CONSTRUCTIVE:

- ▶ Blândețe;
- ▶ Amabilitate;
- ▶ Laudă;
- ▶ Îmbrățișare;
- ▶ Zâmbet;
- ▶ Încurajare etc.

ATITUDINI DISTRUCTIVE:

- ▶ Reproș;
- ▶ Critică;
- ▶ Minciuna;
- ▶ Lipsa de înțelegere;
- ▶ Lipsa abilității de ascultare activă (a nevoilor copilului);

Bibliografie:

- Băban, A. (2001) – *Consiliere educațională*, Cluj-Napoca;
- Kim, K. J., Conger, R., Lorenz, F., Elder Jr, G. (2001) – Parent-Adolescent Reciprocity in Negative Affect and Its Relation to Early Adult Social Development, *Developmental Psychology*, 37, 6, 775-790;
- Papalia, D., Olds, S. (1992) – *Human Development*, Fifth edition, McGraw-Hill, Inc.;
- Prof.Oana Benga, Suport de curs, Psihologia Vârștelor, UBB, Cluj Napoca ;
- Grațielă Sion, Psihologia Vârștelor, Editura Fundației România de mâine, 2007;
- Ghid de consiliere individuală și de grup a părinților, POSRU 140232, "Educația-șansa de a-ți scrie propriul viitor.

