

*E*konferencja

JĘZYKI OBCE

Bożena Janiszewska

W oczekiwaniu na motyla Jak pomóc dziecku przetrwać czas dojrzewania

I. Ogólna charakterystyka okresu dorastania

Okres dorastania to – w wymiarze psychologicznym i kulturowym – kłopotliwy czas pomiędzy dzieciństwem a dorosłością. To właśnie wówczas dziecko pod względem fizycznym, umysłowym, emocjonalnym i społecznym zmienia się w osobę dorosłą. A ponieważ miarą dorosłości jest zdolność do wzięcia odpowiedzialności za siebie i innych, dojrzałość uczuć wyższych, umiejętność przewidywania konsekwencji własnych działań itd., proces dorastania trwa długo. Kończy się dopiero wtedy, gdy młody człowiek staje się zdolny do świadomego przekształcania rzeczywistości i autonomicznego sterowania swoim dalszym rozwojem. Dlatego trudno jednoznacznie wskazać początek i koniec tego ważnego okresu. Można jedynie szacunkowo określić przedziały wiekowe dla dziewczynek i chłopców.

Dojrzewanie fizyczne (w zależności od klimatu i poziomu cywilizacyjnego) u dziewczynki rozpoczyna się poniżej 12. roku życia (czasem pierwsze oznaki widać nawet kilka lat wcześniej), a kończy się w 15.–16. roku życia; natomiast u chłopców proces ten następuje nieco później (początek w okolicach 14.–15., a finał – w 17.–19. roku życia). Inaczej rzecz ma się z **dojrzewaniem umysłowym** (które zależy od poziomu kulturowego i aspiracji rodziny, a także od długości i jakości okresu kształcenia). Dziewczynki zaczynają dojrzewać umysłowo, gdy mają 16–18 lat, a kończą w wieku 18–20 lat. U chłopców początek tego okresu przypada na wiek 18–19 lat; koniec – na 19–21 lat. **Dojrzewanie emocjonalne** trwa u młodzieży dłużej (ponieważ zależy od wielu czynników: układu nerwowego, sposobu zaspokajania potrzeb emocjonalnych i psychicznych, kształtowania od dzieciństwa uczuć wyższych i systemu wartości, stosowania systemu kar i nagród itp.). Niestety, nie wszyscy dorośli osiągają stan dojrzałości emocjonalnej.

U dziewcząt proces ten trwa od 16.–17. do 21.–22. roku życia; u chłopców analogicznie – od 17.–18. do 22.–26. roku życia. Odrębną kwestią jest **dojrzałość społeczna**, uwarunkowana działaniami wychowawczymi, zakresem i egzekwowaniem obowiązków, krótszym czasem nauki i wcześniejszym rozpoczęciem pracy zawodowej – u młodzieży obojga płci jej kształtowanie przypada na wiek od około 16.–17. do 23.–25. roku życia (w krajach o wyższym standardzie szybciej dojrzewają dziewczęta)

Z powyższych informacji możemy wysnuć wniosek, że przebieg dorastania jest niezwykle dynamiczny i charakteryzuje się ogromnym rozchwianiem równowagi rozwojowej – każda funkcja rozwojowa ma inne tempo i inny czas trwania zmian. Z powodu braku równowagi między poziomem różnych sfer rozwojowych dochodzi do mniejszych lub większych problemów wychowawczych oraz trudności i konfliktów rozwojowych, przejawianych, a czasem także uświadamianych sobie przez dorastającą młodzież.

II. Uwarunkowania okresu dorastania

Czas trwania okresu dorastania i intensywność zachodzących zmian są uwarunkowane wieloma czynnikami. Część z nich to uwarunkowania natury biologicznej (informacje genetyczne i działanie układu hormonalnego), a za część odpowiedzialne jest środowisko życia dziecka (naturalne, czyli rodzina i grupa rówieśnicza; instytucjonalne, czyli przedszkole, szkoła podstawowa i szkoła ponadpodstawowa, a także środki masowego przekazu itp. – oraz wzajemne oddziaływanie tych środowisk). Zanim przejdę do omówienia czynników środowiskowych i oddziaływań wychowawczych (bo to one mają największy wpływ na charakter i głębokość trudności wychowawczych), chciałabym napisać kilka słów o roli układu hormonalnego, który także wpływa na zachowania dorastających dzieci.

Rola układu hormonalnego w przebiegu okresu dorastania

Hormony w różny sposób sterują wzrostem i zmianami fizycznymi w trakcie dojrzewania biologicznego. Od przygotowania dziecka na zmiany wyglądu, huśtawki nastrojów i trudności z akceptacją nowej sytuacji zależy to, jak będzie ono interpretować te zmiany, radzić sobie z nimi, pokonywać powstające trudności i panować nad skutkami zmian.

Najważniejszy gruczoł hormonalny to **przysadka mózgowa**. Czuwa ona nad dystrybucją hormonów produkowanych przez inne gruczoły. Między nimi a przysadką istnieje sprzężenie zwrotne. Produkowane hormony wpływają na różne obszary rozwoju młodego człowieka. Poniżej podaję najważniejsze z tych obszarów.

- Osiągnięcie **dojrzałości płciowej**, która wiąże się ze zdolnością do rozrodu. Ten rodzaj dojrzałości powstaje, zanim jeszcze młodzież osiągnie pełną dojrzałość fizyczną, mniej więcej w wieku około 11–12 lat u dziewcząt i 13–14 lat u chłopców (choć występują tu duże różnice indywidualne). W tym procesie u dziewcząt 8-krotnie wzrasta poziom estradiolu (to rodzaj estrogeny), zaś u chłopców następuje aż 18-krotny wzrost poziomu testosteronu (stąd większa pobudliwość seksualna chłopców).
- Wykształcenie się **trzeciorzędowych cech płciowych**, które wyraźnie różnicują ciała dziewcząt i chłopców (przyrost tkanki tłuszczowej u dziewcząt i jej częściowy zanik u chłopców, rosnące piersi u dziewcząt, owłosienie u obu płci, mutacja u chłopców, różnice w grubości włosów na głowie, wypełnienie się rysów twarzy dziewcząt, wyostrenie się rysów chłopców itd.).
- **Przyrost wzrostu**, widoczny zwłaszcza w pierwszej fazie okresu dorastania, czyli w wieku 11–13 lat (dziewczynki) i 14–15 lat (chłopcy), przy czym chłopcy stają się stopniowo wyżsi od dziewcząt (często towarzyszą temu silne bóle wzrostowe).
- **Pogrubianie kości**, obserwowane od 13.–14. roku życia (dziewczynki) i 15.–17. roku życia (chłopcy). Z pogrubianiem kości wiążą się czasowe dysproporcje w budowie – młodzi ludzie widzą swoje długie, ale szczupłe kończyny o długich stopach i zwykle nie akceptują własnego wyglądu.
- Odpowiedni do kości **przyrost mięśni i wzrost siły ich skurczu** (u chłopców ten proces trwa dłużej). Siła mięśni i ich wytrzymałość wzrasta u dziewcząt mniej więcej o 37% w porównaniu z okresem, kiedy miały 9 lat. Natomiast u chłopców parametry te wzrastają w tym czasie o 160% (badania kanadyjskie). Dlatego też bardzo ważne jest zaspokojenie u nich potrzeby ruchu.
- **Wzrost narządów wewnętrznych, a zwłaszcza serca**, dokonuje się najpóźniej, ponieważ narządy dostosowują

się do wzrostu i budowy ciała. Skutkami tego procesu mogą być częste omdlenia, brak siły, niewystarczające dotlenienie itp., szczególnie w sytuacji stresowej.

- Stopniowe **dojrzewanie układu nerwowego** umożliwia (przy odpowiednim wychowaniu) zakończenie rozwoju spostrzegania analityczno-syntetycznego, rozwój myślenia pojęciowego (a powyżej 18.–20. roku życia jego najwyższej formy – myślenia abstrakcyjnego), internalizację norm i autonomię moralną. Oprócz tego dojrzały układ nerwowy zapewnia zdolność do uczuć wyższych, zdolność do kontroli ekspresji emocji i uczuć, kształtowanie się światopoglądu itp. Te wszystkie elementy składają się na ogólny system wartości, dojrzałe poczucie odpowiedzialności za innych i siebie, możliwość przewidywania skutków własnych działań.

Warto wiedzieć, że szybkość zmian i wszelkie zaburzenia w funkcjonowaniu układu hormonalnego mogą prowadzić do zaburzeń emocji (euforia, chandry, depresję, poczucie niższości, lęk przed światem). Ich skutki bywają różne: od szukania pomocy po ucieczkę przed życiem (lekomania, narkomania, anoreksja, bulimia, próby samobójcze itp.). Młodzi ludzie często mają także problemy z przebiegiem procesów poznawczych, co utrudnia im na przykład naukę języków obcych.

Wielokrotnie podkreślałam, że subiektywne radzenie sobie z obiektywnymi trudnościami okresu dorastania u młodzieży jest zależne od celów, metod i ogólnego sposobu wychowania.

Niektóre uwarunkowania wychowawcze w rodzinie (i nie tylko)

Wychowanie może być rozumiane jako **długotrwałe intencjonalne działania osób w celu osiągnięcia względnie trwałych zmian w osobowości i funkcjonowaniu społecznym jednostki**. Proces wychowania rodzinnego zaczyna się jeszcze przed narodzinami dziecka i trwa bardzo długo, aż do osiągnięcia pełnej dojrzałości i dorosłości jednostki.

Najważniejszy z perspektywy skuteczności oddziaływań wychowawczych jest okres dzieciństwa, w którym ściśle związane są ze sobą funkcje opiekuńcze i wychowawcze. To wówczas powstaje najsilniejsza więź emocjonalna między dzieckiem a jego rodzicami, co sprzyja poddawaniu się dziecka wpływom wychowawczym. Wpływy te są bardzo różne, w praktyce **nie zawsze intencjonalne, rzadko bywa też precyzowany cel wychowania**. Zazwyczaj proces wychowania jest intuicyjny i opiera się na doświadczeniach z własnego dzieciństwa rodziców oraz na przemyśleniach związanych z własnym wychowaniem. Warto uświadomić sobie, że to właśnie z tego powodu z pokolenia na pokolenie przenoszone są zarówno dobre, jak i złe wzorce i sposoby wychowania. Wyobrażenia o wychowaniu modyfikowane są przez wykształcenie, propagowanie właściwych wzorców i standardy funkcjonujące w najbliższym otoczeniu.

Dziecko w procesie wychowania w rodzinie uczy się: korzystać z dorobku materialnego przeszłych pokoleń, samodzielnego działania w zakresie samoobsługi i zaspokajania potrzeb, standardów i norm (co wolno, a czego nie należy robić), określania swoich potrzeb i uczuć (w tym uczuć wyższych w stosunku do innych ludzi). Ponadto kształtuje różnorakie postawy, poznaje różne formy aktywności, sposoby pokonywania trudności itd. Dziecko **nie jest biernym odbiorcą** oddziaływań wychowawczych – wręcz przeciwnie, bierze aktywny udział w modyfikowaniu skutków wpływów w zależności od własnych możliwości w relacjach z dorosłymi. Poniżej podaję najważniejsze czynniki warunkujące skuteczność i jakość wpływów wychowawczych rodziny.

* * *

Dziecko tuż po urodzeniu spotyka się z najbliższymi osobami w swoim otoczeniu i stopniowo wchodzi z nimi w interakcje. Im jest starsze, tym wielorakość kontaktów staje się większa. W ten sposób maluch zdobywa elementarną wiedzę o świecie – np. przez obserwowanie, co i jak robią dorośli. Próbuje naśladować nie tylko czynności dorosłych, ale także ich sposób mówienia, gestykulacji, reagowania emocjonalnego itp. Czynności typowe i często wykonywane przez dorosłych dziecko utrwała najmocniej i najszybciej. Uczy się także i utrwała czynności dorosłych adresowane do niego – sposób odnoszenia się, używane słowa, zwroty (jaką „wiązanek” potrafi „puścić” czterolatek naśladowujący tatę lub mamę!). Droga naśladowania i identyfikacji (utożsamiania się) dziecko przyswaja typowe dla swej rodziny sposoby działania, normy, wartości, często zainteresowania, postawy wobec ludzi i zwierząt, stosunek do nauki, podejście do stosunków i mechanizmów społecznych (np. „wszyscy kradną”; „ludzie są na ogół dobrzy”) itd. **Warto pamiętać:** jeżeli dorośli okazują dziecku miłość – dziecko uczy się kochać; jeśli obserwuje kłótnie i agresję – staje się agresywny i kłótniwy itp. Gdy dorasta, coraz częściej powieła zaobserwowane i przyswojone reakcje oraz zachowania członków własnej rodziny. Rzadko kiedy wychodzi poza nie.

* * *

Tak jak zaspokojenie potrzeb biologicznych jest warunkiem naszego życia fizycznego, tak **zaspokojenie potrzeb emocjonalnych i psychicznych jest niezbędne dla naszego normalnego życia psychicznego i społecznego**. Ponieważ rodzina ze swej definicji oparta jest na pozytywnych emocjach i uczuciach, zaspokojenie potrzeb psychicznych i społecznych jest również sprawą naturalną. Najważniejsze potrzeby psychiczne warunkujące rozwój i kształtowanie zdrowej osobowości to potrzeba bezpieczeństwa, potrzeba akceptacji oraz potrzeby zależnościowe, osiągnięć i poznawcze. Poniżej podaję krótkie omówienia każdej z tych potrzeb.

- **Potrzeba bezpieczeństwa** jest absolutnie podstawowa. Brak jej zaspokojenia jest przyczyną **choroby sieroczej**, może też prowadzić do autoagresji i agresji. Powstaje ona

jeszcze w okresie noworodkowym przez specyficzny kontakt dotykowy między matką a dzieckiem, a z wiekiem zmieniają się jej formy i sposób zaspokojenia. Potrzeba ta wiąże się z głębokim wewnętrznym przekonaniem, że nic złego nie może się stać, bo jest ktoś, kto czuwa, zapewnia bezpieczeństwo i zmniejsza lęk przed nieznanym światem. Zaspokojenie tej potrzeby jest podstawą powstawania przywiązania do matki i podstawą późniejszych wszystkich uczuć wyższych.

- **Potrzeba akceptacji** (akceptuję – kocham i cenię) także jest niezmiernie ważna. Bezwarunkowe zaspokojenie tej potrzeby jest niezbędne do budowania poczucia własnej wartości, głównego mechanizmu osobowości i motywów działania (szukanie akceptacji jest często nieświadomą przesłanką wyboru zawodu nauczyciela). Natomiast brak zaspokojenia tej potrzeby wywołuje u ludzi poczucie niższej wartości i sprzyja różnym, czasem aspołecznym sposobom kompensacji (takim jak np. dyskryminacja rasowa, narodowa, religijna – do aktów agresji włącznie). **Akceptacja wobec dziecka lub innej osoby** wcale nie znaczy, że akceptuje się wszystkie zachowania tej osoby.
- **Potrzeby zależnościowe** odgrywają doniosłą rolę w procesie wychowania. Dziecko czuje się zależne od dorosłych, którzy w pełni zaspokajają jego potrzeby i dają mu psychiczne oparcie. Stopniowo część tych potrzeb przekształca się w potrzebę samodzielności, inne zaś nadal wpływają na jego poczucie przynależności (dziecko wie, że do kogoś przynależy, że jest czyjeś) i wiarę we własną samodzielność. Brak zaspokojenia potrzeb zależnościowych skutkuje brakiem systemu wartości, brakiem uczuć wyższych, wrogością wobec ludzi, brutalizmem i agresją, a czasem nienawiścią („ludzie są źli, nikt mnie nie chce, odrzucają mnie”).
- **Potrzeby osiągnięć i potrzeby poznawcze** są wtórne wobec podanych wyżej i są jednocześnie ich skutkiem. Poczucie własnej wartości i wiara we własne możliwości owocują ciekawością i chęcią poznawania świata oraz chęcią zmierzenia się z własnymi możliwościami. Te potrzeby sprzyjają więc rozwojowi różnych form aktywności.

Zaspokojenie wszystkich opisanych tu potrzeb wywołuje w dziecku i dorosłym chęć do życia, wpływa na jego dobre samopoczucie, kształtuje pozytywne emocje i sprzyja rozwojowi uczuć wyższych.

* * *

Rozwijające się dziecko nie wie, co wolno, a czego nie wolno, co jest dobre, a co złe – uczy się tego wszystkiego głównie od rodziców. Naśladuje osoby dorosłe, obserwuje sytuacje często powtarzające się i typowe (tzw. liczba powtórzeń – ważna jest tu konsekwencja) i powtarza lub eliminuje swoje zachowania dzięki wzmocnieniom, czyli nagrodom (wzmocnienia pozytywne) i karom (wzmocnienia

negatywne). Nie bez znaczenia w poznawaniu i uczeniu się norm oraz wartości są uwagi i komentarze dotyczące samej normy, zakresu jej obowiązywania i skutków jej przestrzegania. **Nie wystarczy powiedzieć: „Nie wolno!” – należy wyjaśnić dlaczego.** Rodzice dobrze wychowujący dzieci stawiają im od małego wyraźne granice, co jest dozwolone, a co nie jest. Dzieci czują się bezpieczne, gdy poruszają się w tych granicach – wiedzą, czego mogą się spodziewać.

W prawidłowo funkcjonujących rodzinach dzieci obserwują rodziców i uczestniczą w życiu rodzinnym. To dzięki temu poznają normy i standardy związane z pełnieniem ról społecznych (męskich i kobiecych, żony i matki oraz męża i ojca, a także dziecka – w zależności od oczekiwań rodziców). Dzieci przyswajają sobie także sposoby rozwiązywania konfliktów i przezwyciężania kłopotów rodzinnych, jakość i tematykę rozmów, dyskusji, gospodarowanie finansami rodziny, ustalanie preferencji itp. W ten sposób poznają i kształtują najważniejsze cele, postawy i preferencje życiowe: „mieć czy być”.

W rodzinach dysfunkcyjnych, niewydolnych, niepełnych itp. trudno dzieciom poznać różne role społeczne bądź poznają ich wadliwe odpowiedniki. Zdarza się, że zaobserwowane w ten sposób zachowania przenoszą do swoich rodzin. Często także nie mają możliwości poznania norm i systemu ogólnoludzkich wartości.

Podstawy, czyli fundamenty systemu wartości wnosimy z domów rodzinnych, ale są one modyfikowane i uzupełniane przez inne środowiska wychowawcze – grupy rówieśnicze i instytucje dydaktyczno-wychowawcze. Rodzice wpajają także dzieciom normy odnoszące się do codziennych zachowań i form grzecznościowych, przekazują oczekiwania co do ważności nauki, obowiązkowości oraz odpowiedzialności itp. Niezwykle **ważną sprawą jest adekwatność wymagań do możliwości dzieci** – oczekiwania nie powinny być zbyt małe (nie motywują do dobrych zachowań) ani zbyt duże (powodują niską ocenę własnych możliwości i mogą prowadzić do nerwic oraz zaburzeń zachowania)

* * *

W procesie kształtowania zachowań, norm i wartości konieczne jest kontrolowanie i ocenianie, na ile te normy są przestrzegane. Tę ważną funkcję również pełni rodzina. Istotny jest tu zarówno system kontroli, jak i system nagród i kar¹ jako naturalna konsekwencja kontroli i oceny. Im większą wagę przykładamy do określonych norm, wartości i zachowań, tym częściej kontrolowane jest ich przestrzeganie (dzięki temu dziecko przyswaja również hierarchię norm). W systemie kontroli ważne są zarówno częstota, charakter (przyjazna czy wroga), jak i spójność kontroli. Zbyt częsta kontrola zwykle „zdejmuje” odpowiedzialność

z osoby kontrolowanej i przerzuca ją (w świadomości tej osoby) na osobę kontrolującą. Zbyt rzadkie kontrolowanie nie dopinguje do przestrzegania wymagań – najlepsze wyniki daje zmienny system, pośredni między częstym a sporadycznym.

Jeżeli chodzi o wzmocnienia negatywne (kary), to w wielu środowiskach wychowawczych pokutują mity związane z karą i jej surowością. W rzeczywistości **w większości przypadków** kara nie eliminuje niewłaściwych zachowań, lecz je modyfikuje; wywołuje szereg silnych negatywnych emocji, z agresją i nienawiścią na czele; dostarcza wzorów negatywnych zachowań i skutkuje unikaniem źródeł karania (ucieczki z domu, szkoły itp.). Podczas karania rodzic rzadko myśli o skuteczności kary, natomiast często **rozładowuje w ten sposób swoje negatywne emocje**. Karę społeczną można uniknąć, dlatego też większe znaczenie ma poczucie nieuchronności kary niż jej surowość.

Skuteczność kar zależy od wielu czynników, takich jak adekwatność kary do przewinienia, jej powiązanie z konkretnym przewinieniem (jedna kara za jedno przewinienie); szybkość jej wymierzenia (kara bezpośrednio po przewinieniu). Kara powinna iść w parze z wytłumaczeniem niewłaściwego zachowania i powinna mieć wartość informacyjną, a nie represyjną. Karze zewnętrznej powinna towarzyszyć kara wewnętrzna (poczucie winy), a jeśli ma być skuteczna, między osobą karzącą i karaną powinien istnieć pozytywny związek emocjonalny.

Obserwacje i badania wskazują na większą skuteczność wzmocnień pozytywnych, ponieważ **nagroda dostarcza pozytywnych emocji i tym samym motywuje do powtarzania zachowań akceptowanych**. W procesie wychowania bardziej skuteczne są nagrody **emocjonalne i moralne** (pochwała, aprobata, radość, zdziwienie rodziców i wychowawców, dobre wzajemne stosunki itp.) niż materialne, chociaż te ostatnie lepiej działają w odniesieniu do małych dzieci. Nie powinno się nagradzać **materialnie** za dobre stopnie czy stosowanie się do powszechnie obowiązujących standardów – natomiast konieczne tu są akceptacja i pozytywne uczucia. Nagroda powinna być także adekwatna do zachowań. Zawsze warto zauważać próby pozytywnych zachowań podejmowane przez dziecko czy też jego wysiłki. Nie należy nagradzać „za wszystko” – obniża to motywację i daje dziecku czy młodemu człowiekowi fałszywy obraz jego możliwości. Prawidłowe wychowanie charakteryzuje się przewagą wzmocnień pozytywnych i niewielką ilością wzmocnień negatywnych, głównie o charakterze informacyjnym (przecież uczymy się na błędach!).

Duże znaczenie jako wzmocnienia mają słowa, które dają nadzieję i niosą pozytywne emocje („Dobrze, poradziś sobie”, „Przecież każdy czasem się myli! Jak myślisz – w jaki sposób można to naprawić?”, „Jutro pójdziesz ci lepiej!”

¹ J. Koziński, *Psychologiczne koncepcje człowieka*, część I, ŻAK, Warszawa 1998.

i wiele innych). Odwrotny skutek przynoszą słowa „toksyczne” („I znowu źle, czy ty nigdy nie zmądrzejesz?”, „Jak zawsze bez sensu!” itd.). Takie słowa odbierają nadzieję, obniżają samoocenę i poczucie własnej wartości; obniżają też autorytet dorosłych. Zdecydowanie unikać trzeba takich sformułowań, które dehumanizują dziecko („ty gówniarzu”, „ty smarku”, „ty k...o”, „ty szczeniaku” itp.) – łatwiej skrzywdzić kogoś, kto traci człowieczeństwo i jest traktowany gorzej niż zwierzę; osoba pozbawiana człowieczeństwa uczy się traktować innych także jak „nie ludzi”.

* * *

Dziecko przychodzi na świat z pewnymi cechami (cechy dziedziczne, wrodzone możliwości, zdolności, talenty, typ układu nerwowego itp.), które warunkują różną podatność na oddziaływanie rozwojowe i wychowawcze. Na takim podłożu kształtuje się jego osobowość, czyli naczelny system integrujący i kontrolujący postępowanie człowieka². Każdy z nas ma swój specyficzny system kontroli – samoregulacji, w ramach którego utrzymujemy względną równowagę z otoczeniem, a jednocześnie z otoczenia przyswajamy to, co „odpowiada” naszym mechanizmom regulacyjnym osobowości – jest to funkcja integracyjna. Poniżej przedstawiam najważniejsze mechanizmy regulacyjne osobowości.

- System podstawowych potrzeb (bezpieczeństwa, akceptacji, przynależności, uznania, osiągnięć itp.) oraz system wartości (hierarchia norm i wartości) są przede wszystkim odpowiedzialne za motywy naszego działania.
- Stosunek do świata jest podstawą systemu postaw; stosunek ten także wpływa na motywy działania oraz ocenę samego siebie i różnych aspektów rzeczywistości.
- Obraz świata i obraz własnej osoby – najbardziej ogólne nastawienia, orientacja i oczekiwania w stosunku do świata i siebie samego (m.in. poczucie własnej wartości, samoocena i poziom jej adekwatności) – mają wpływ na kierunek ludzkich działań.
- Mechanizmy kontroli – ten mechanizm obejmuje zdolność do radzenia sobie z własnymi emocjami i przejmowania kontroli w trudnych sytuacjach (w zależności od typu układu nerwowego i wychowania³).

Główne zręby osobowości kształtują się pod wpływem doświadczeń i oddziaływań rodzinnych. Prawidłowe oddziaływanie rodziny prowadzi do kształtowania się prawidłowej, dojrzałej osobowości, nieprawidłowe – mogą skutkować osobowością nie w pełni dojrzałą lub zaburzoną.

Szczególne znaczenie mają tu doświadczenia z dzieciństwa, które rzutują na całe życie dorosłego człowieka⁴.

* * *

Jak wspomniano powyżej, w większości rodzin wychowanie ma charakter intuicyjny, jednak można wyróżnić pewne wskaźniki, których nagromadzenie pozwala opisać charakter procesu wychowawczego i jego skutków. W literaturze przedmiotu nazywa się to **postawami rodzicielskimi** lub **strategiami i formami wychowania**. Wskaźniki postaw rodzicielskich to: stopień zaspokojenia najważniejszych potrzeb dziecka, akceptacja (miłość) lub brak akceptacji (wrogość); oraz specyficzny system kontroli. Przenikanie się tych wymiarów pozwala na wyróżnienie szeregu strategii wychowawczych oraz ich konsekwencji.

- Wychowanie osiągnięciowe (duża akceptacja, wysokie wymagania, częsta kontrola, nagradzanie) może prowadzić m.in. do dużych ambicji, postaw egocentrycznych, silnych mechanizmów kontroli, małej odporności na niepowodzenia i nowe sytuacje.
- Wychowanie nadopiekuńcze (duża akceptacja, niskie wymagania, częsta kontrola o charakterze ochronnym, częste nagradzanie, nieadekwatne do efektów działania) może w konsekwencji prowadzić do wysokiej, lecz nieadekwatnej samooceny, bezkrytycyzmu, roszczeniowości, lęku w nowych sytuacjach, braku samodzielności, dużej zależności od rodziców i autorytetów, małej odporności na niepowodzenia.
- Wychowanie demokratyczne (duża akceptacja, wysokie wymagania, rzadka kontrola, adekwatne nagradzanie) prowadzi do wysokiej, lecz adekwatnej samooceny, samodzielności, odpowiedzialności, zachowań prospołecznych; zwiększa też szanse na pozytywny stosunek do ludzi i świata.
- Wychowanie liberalne (akceptacja, niskie wymagania, pobłażanie, rzadka kontrola, nagradzanie) może skutkować samodzielnością, adekwatną samooceną, odpornością na stres, brakiem poszanowania norm, egocentryzmem, brakiem odpowiedzialności, niską potrzebą osiągnięć.
- Autokratyzm rygorystyczny (brak akceptacji, wysokie wymagania, częste kontrole, karanie) w większości przypadków prowadzi do niskiej samooceny, małego poczucia własnej wartości, wykształcenia osobowości lękowej, konformizmu, sztywnego respektowania norm, posłuszeństwa wobec autorytetów.
- Autokratyzm punitivny (wrogość, niskie wymagania, częsta kontrola, karanie) zwykle prowadzi do zaniżonego

² M. Maruszewski, J. Reykowski, T. Tomaszewski, *Psychologia jako nauka o człowieku*, Książka i Wiedza, Warszawa 1966, s. 88.

³ Ibidem, s. 91–191.

⁴ A. Maslow, *Motywacja i osobowość*, PAX, Warszawa 1990; A. Miller, *Zniewolone dzieciństwo*, wyd. 2, Media Rodzina, Poznań 1999; J. Reykowski, *Z zagadnień psychologii motywacji*, PZWS, Warszawa 1970.

poczucia własnej wartości, niskiej samooceny, negatywnego nastawienia do ludzi i świata, poczucia krzywdy i bezradności, agresji antyspołecznej, czasem autoagresji (łatwość uzależnienia się od alkoholu i narkotyków), braku wpojonych norm i wartości.

- Autokratyzm okazjonalny, zwany wychowaniem okazjonalnym (obojętność lub wrogość, wysokie wymagania przy braku ich egzekwowania lub sporadyczna kontrola i karanie rzadkie, mniej dotkliwie) skutkuje raczej uporządkowanymi poglądami na świat, ale uczy bierności; zaburzenia są mniej wyraźne niż przy innych formach autokratyzmu.
- Wychowanie zaniedbujące (dziecko pozostawione samo sobie, obojętność lub wrogość, brak zaspokojenia potrzeb zależnościowych, niskie wymagania, rzadka kontrola, brak wzmocnień) skutkuje niedorozwojem sfery emocjonalnej, brakiem uczuć wyższych, egocentryzmem, obniżeniem poczucia własnej wartości i samooceny, względną samodzielnością, brakiem perspektyw życiowych, łatwością popadania w uzależnienia, nieznaną normą.
- Wychowanie odrzucające (wrogość, brak zaspokajania potrzeb, czasem nawet biologicznych, niskie wymagania, rzadka kontrola, karanie) prowadzi do postaw antyspołecznych, braku znajomości i przyswojenia norm, braku socjalizacji, wrogiemu stosunkowi do świata i do siebie, agresji (zachowania przestępcze) i autoagresji, uzależnień.

Jak widać, kombinacja uczuć, systemu wymagań i systemu wartości, jakości kontroli i wzmocnień w dużej mierze decyduje o sukcesie lub porażce w wychowaniu. Pozytywne uczucia, wysokie wymagania, względna swoboda i przewaga nagród w procesie wychowania dziecka zwiększa szanse na „wychowanie bez porażek”⁵; wrogość lub obojętność w stosunku do dziecka, brak wymagań, częste karanie prowadzą do zaburzeń w funkcjonowaniu człowieka, zachowań antyspołecznych, wrogości i przestępczości⁶.

Zaznaczam, że niezwykle skrótowo i w sposób uproszczony omówiłam tu problem wychowawczych konsekwencji różnych kombinacji wpływów. Każde dziecko wkracza w długi i trudny okres dorastania z innym bagażem doświadczeń, z określoną wiedzą dotyczącą świata i siebie samego. Nauczyciele i wychowawcy od przedszkola do studiów wyższych włącznie mają na nie wpływ podobny, ale nieporównanie mniejszy niż rodzice. Mogą albo przyczynić się do osłabienia negatywnych skutków wychowania rodzinnego, albo też pogłębić złe doświadczenia dziecka. Mogą mu także pokazać inne, lepsze perspektywy.

Na czym polegają główne trudności okresu dorastania?

Wspomniałam na wstępie, że podstawową trudnością tego okresu jest brak harmonii rozwoju – problemy fizycznie dojrzałego człowieka ma rozwiązywać osoba o mentalności 16-latką, emocjonalności 13-latką i doświadczeniu dziecka w kwestii doświadczeń społecznych. Trwa to tak długo, aż zakończy się rozwój wszystkich sfer – czyli zwykle do 18.–21. roku życia. Do tego czasu dysharmonie rozwojowe znacznie utrudniają funkcjonowanie samej młodzieży oraz nam, dorosłym – rodzicom, nauczycielom, wychowawcom. Warto mieć świadomość, że w procesie wychowania mogą wystąpić takie trudności, jak te opisane poniżej.

- Silne konflikty między potrzebą samodzielności (pobudzana osiągnięciem dojrzałości płciowej i wzrostem możliwości intelektualnych) a ograniczeniami narzucanymi przez rodziców (nauczycieli) i przedłużającą się zależnością materialną od dorosłych.
- Zderzenie się wygórowanych, idealistycznych oczekiwań dotyczących świata, ludzi i stosunków międzyludzkich oraz funkcjonowania instytucji społecznych z mniej doskonałą rzeczywistością. (Typowy dla tego wieku jest radykalizm w rozumieniu pojęć wolności, sprawiedliwości, prawdy, rzetelności, sensu życia itp.).
- Konflikt między dążeniem do niezależności a potrzebą oparcia (silną z uwagi na brak doświadczeń i kompetencji).
- Konflikt między przywiązaniem do rodziców a rozbudowanym krytycyzmem wobec nich.
- Nieporozumienia związane z brakiem ukształtowanego poczucia obowiązkowości i odpowiedzialności za siebie oraz brakiem umiejętności przewidywania skutków własnych działań lub niepodjęcia tychże działań (zbyt mało doświadczeń społecznych; „nadmierna opiekuńczość” dorosłych).

Konflikty te mają różny przebieg i rozwiązywane są różnymi sposobami, w zależności od wychowania, wpojonego systemu wartości, postaw, obrazu świata i obrazu własnej osoby.

Osiągnięcia okresu dorastania

Oto najważniejsze z tych osiągnięć, warte wspomnienia także dlatego, że przyczynia się do nich nauczanie i wychowanie w szkołach podstawowych, gimnazjach (kumulacja największych trudności) i liceach (technikach).

⁵ T. Gordon, *Wychowanie bez porażek*, PAX, Warszawa 1991.

⁶ A. Bandura, R.H. Walters, *Agresja w okresie dorastania*, PWN, Warszawa 1968;

S. Forward, *Toksyczni rodzice*, wyd. II, Jacek Santorski & Co, Warszawa 2006;

B. Janiszewska, *Srodowisko wychowawcze i Trudności wychowawcze*, w: *Pedagogika*, pod red. W. Ciechaniewicza, PZWL, Warszawa 2008.

- Wykształcenie się krytycznego myślenia, czyli zdolności do wieloaspektowego patrzenia na rzeczywistość (decentracja myślenia). Obejmuje ono też myślenie hipotetyczno-dedukcyjne. (Nauczanie podające znacznie utrudnia, czasem wręcz uniemożliwia rozwój takiego myślenia, natomiast nauczanie przez rozwiązywanie problemów ułatwia i kształtuje takie myślenie).
 - Rozwój samodzielności myślenia, formułowania własnych sądów itp. przez uniezależnienie się od autorytetów (początkowo – konformizm w stosunku do rówieśników, nonkonformizm w stosunku do świata dorosłych).
 - Rozwój zdolności do rozumienia relatywności, umowności ocen rzeczywistości, zdolność do stawiania hipotez i ich weryfikacji.
 - Świadome rozpoznawanie własnych mocnych i słabych stron (samowiedza, „ja” realne i „ja” idealne), co stanowi przesłankę pracy nad sobą i kształtowania się sfery oceny własnych możliwości.
 - Kształtowanie własnej autonomii moralnej i systemu wartości jako drogowskazu do postępowania w życiu. Istnieje tu wielka zależność od stylów wychowania i postaw osób dorosłych.
 - Kształtowanie się sfery uczuciowej – rozwój zdolności do przeżywania uczuć wyższych, w tym społecznych.
- To tylko najważniejsze osiągnięcia okresu dorastania – i właśnie dla nich warto ponosić trud codziennych oddziaływań wychowawczych.

BIBLIOGRAFIA – tu można szukać rozszerzenia omawianej problematyki.

- E. Aronson, *Człowiek – istota społeczna*, PWN, Warszawa 1995.
- A. Bandura, R.H. Walters, *Agresja w okresie dorastania*, PWN, Warszawa 1968.
- H. Bee, *Psychologia rozwoju człowieka*, Zysk i S-ka, Poznań 2004.
- T. Gordon, *Wychowanie bez porażek*, PAX, Warszawa 1991.
- A. Faber, E. Mazlish, *Jak mówić do dzieci, by się uczyły w domu i w szkole*, Media Rodzina, Poznań 1999.
- A. Faber, E. Mazlish, *Jak mówić do nastolatków, żeby nas słuchały*, Media Rodzina, Poznań 1998.
- S. Forward, *Toksyczni rodzice*, wyd. II, Jacek Santorski & Co, Warszawa 2006.
- B. Janiszewska, *Środowisko wychowawcze i Trudności wychowawcze*, w: *Pedagogika*, pod red. W. Ciechaniewicza, PZWL, Warszawa 2008.
- Ph.C. Kendall, *Zaburzenia okresu dzieciństwa i adolescencji*, GWP, Gdańsk 2004.
- J. Koziński, *Psychologiczne koncepcje człowieka*, część I, ŻAK, Warszawa 1998.
- R.J. MacKenzie, *Kiedy pozwolić? Kiedy zabronić?*, wyd. III, GWP, Gdańsk 2008.
- M. Maruszewski, J. Reykowski, T. Tomaszewski, *Psychologia jako nauka o człowieku*, Książka i Wiedza, Warszawa 1966.
- A. Maslow, *Motywacja i osobowość*, PAX, Warszawa 1990.
- A. Matczak, *Zarys psychologii rozwoju*, ŻAK, Warszawa 2003.
- A. Miller, *Zniewolone dzieciństwo*, wyd. 2, Media Rodzina, Poznań 1999.
- Psychologia rozwojowa dzieci i młodzieży*, pod red. M. Żebrowskiej, PWN, Warszawa 1980.
- J. Reykowski, *Z zagadnień psychologii motywacji*, PZWS, Warszawa 1970.
- Wybrane problemy psychologii społecznej*, pod red. E. Stanisławiak, WSP TWP, Warszawa 2004.