



Izazovi odrastanja - adolescencija

Doba adolescencije su godine između djetinjstva i zrelosti i to je vrijeme velikih previranja i emocionalnog razvoja mladih osoba koje više nisu djeca, a još uvijek nisu ni odrasli ljudi. Adolescencija obično traje od 9-e godine i može se podijeliti na 4 faze. Kroz te faze dijete prolazi različite promjene i faze razvoja koje se neprekidno smjenjuju

1. Rana adolescencija

Rana adolescencija najčešće nastupa između devete i trinaeste godine i tada nastaju određeni problemi koji su rezultat nekih uobičajenih promjena. Djeca počinju razvijati negativne stavove, počinju pokazivati povećano nezadovoljstvo ako ih se doživljava ili se prema njim ponaša kao prema maloj djeci, dolazi do smanjenog zanimanja za uobičajene dječje aktivnosti te se pojavljuje novi osjećaji odbijanja zahtijeva i ograničenja koji im nameću odrasli. U to doba oni se počinju suprotstavljati autoritetu, počinju postavljati pitanja, ali i ignoriraju uobičajene školske i kućne obveze. U to vrijeme počinju ispitivati postavljene granice te ih pokušavaju pomaknuti u mjeri u kojoj im se dozvoli.

2. Srednja adolescencija

Ova faza obično se razvija između 13 i 15 godina i u njoj se problemi manifestiraju u vidu tražnja više slobode vezane uz izlaske sa vršnjacima te često znaju lagati kako bi izbjegli posljedice svojih postupaka. U ovoj fazi se povećava pritisak vršnjaka i vršnjačkih skupina u kojima je ključni osjećaj pripadnosti vezan uz zadovoljavanje određenog ponašanja (konzumiranje alkohola, psihoaktivnih supstanci, cigareta, tetovaže i sl.)

3. Kasna adolescencija

Ovo je razdoblje obično između 15 i 18 godina i u njemu adolescenti obično dobivaju više samostalnosti jer se uključuju u aktivnosti odraslih (emotivne veze, vožnja automobila, druženja koji više nisu strogo kontrolirana od strane roditelja). U ovom razdoblju adolescenti ulaze u ozbiljnije romantične veze, a neki od njih stječu i prva seksualna iskustva. Također završetkom srednje škole počinju osjećati tugu zbog postupnog odvajanja od prijatelja, ali i tjeskobu jer su još nespremni za potpunu neovisnost.

4. Rana neovisnost

Ova zadnja faza razvija se između 18 i 23 godine i najčešći problemi vezani uz nju su osjećaj tjeskobe jer mladi još nemaju jasnu viziju svoje budućnosti. Često mladi u ovom razdoblju imaju niže samopoštovanje zbog osjećaja nesposobnosti jer misle da nisu u stanju adekvatno odgovoriti na sve zahtjeve i obveze vezane uz odraslu dob. I dalje su podložni utjecajima svojih vršnjaka pa ne rijetko počinju tulumariti kako bi pobjegli od svakodnevice i odgovornosti. U ovoj fazi mladi su naviše izloženi izazovima konzumacije alkohola i različitih psihoaktivnih tvari.

Doba adolescencije je razdoblje sazrijevanja, ali i intenzivnih promjena u mišljenju, osjećajima i odnosima sa drugima. Razumijevanje adolescencije je od iznimne važnosti i roditeljima, ali i stručnjacima koji se bave ovim područjem. suočavanje sa s promjenama koje mlade vode prema odrasloj dobi čine adolescenciju razdobljem nepovratnog mijenjanja odnosa djece i roditelja. Jako je važno u ovom razdoblju zadržati bliskost među djecom i roditeljima jer je adolescentima i dalje jako potrebna podrška roditelja koja im daje sigurnost u istraživanju i oblikovanju sebe, ali i svijeta kojem su okruženi. Adolescentima je također važno da ih njihovi roditelji vide onakvima kakvi jesu i da im upravo takvima budu podrška na putu ulaska u svijet odraslih.

Tekst priredila: Tamara Brezičević, dipl. soc. radnica

Služba za zaštitu mentalnog zdravlja, prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti, Nastavnog zavoda za javno zdravstvo Brodsko-posavske županije, u okviru Projekta „Zaštita mentalnog zdravlja, prevencije i izvanbolničkog liječenja ovisnosti u BPŽ“ koji je financiran sredstvima Ministarstvom zdravstva.