

Kadar mladostnik ne (z)more naprej ...

Kdo sem jaz? Kakšna oseba sem? Kako me vidijo drugi?

Odgovori na ta vprašanja pomembno vplivajo na življenje in delo vsakega človeka. Na življenje in delo mladega človeka pa še toliko bolj in intenzivneje. Na oblikovanje otrokove in mladostnikove samopodobe vplivajo ocene otroku pomembnih drugih, spodbude iz okolja, razlaga lastnega vedenja, iskanje razlogov in vzrokov za vsakdanje dogodke, reakcije in življenjske vsebine, ki se jim postavljajo na pot.

Razvoj otroka mnogi razumejo kot individualni projekt, v katerega je potrebno sistematično vlagati, da bi iz njega dobili točno določen rezultat. Cilj tovrstnega razmišljanja je vsestranska uspešnost otrok. Porazi so na tej poti (skoraj) nedopustni. Tako postane življenje vse prehitro vir otrokove napetosti, obremenitev in stisk. Otroka je potrebno opremiti in opolnomočiti za soočanje, spopadanje in premagovanje vsakodnevnih ovir in številnih stresnih situacij, katerim žal ni moč ubežati. Že ko otrok poskuša shoditi, so padci prevladujoči rezultat njegovega truda. Vstati vselej, kadar se pade, naj čim prej postane otrokovo življenjsko načelo in vodilo. Porazi, težki trenutki in dogodki, neljube in neželene situacije ter pisana paleta porajajočih se čustev so sestavni del človekovega vsakdana. Prevelika zahtevnost do drugih in do samega sebe vzbuja neprijetne občutke in lahko vodi v vesplošno slabo počutje, stiske, travme in različne krizne situacije. Odrasli, otroku pomembni drugi (starši, vzgojitelji, učitelji, prijatelji), moramo biti otrokom vzor na njihovi poti odraščanja in v pomoč (še zlasti) pri spopadanju z nepredvidenimi in neljubimi življenjskimi situacijami. Otroka ne moremo, niti ne smemo obvarovati frustracij. Življenjska popotnica za otroka je, da jih naučimo reševati in se spopadati z lastnimi frustracijami. Kadar otrokom pomagamo in omogočimo, da sami iščejo in tudi najdejo poti in načine reševanja iz svojih stisk in težav, jim pomagamo tudi pri doživljanju lastnega zadovoljstva, sreče in uspeha, ki pa v življenju nadvse šteje.

Na poti krepitve otrokove osebnosti odrasli odigramo nadvse pomembno in nenadomestljivo vlogo. Zagotoviti jim moramo občutek varnosti, sprejetosti in ljubljenosti. Kadar otrok teh občutkov ne občuti in ne doživi, se hitro znajde v zanj brezizhodni in (pre)težki situaciji. Hitro mu zmanjka poti naprej, življenjske volje in ne vidi več smiselnosti življenja. Takrat stiska stisne premočno.

Mladi opozarjajo nase z različnimi oblikami neustreznega vedenja, izbiro neustrezne družbe, nenadnim šolskim neuspehom, nenavadnim oblačenjem in nevsakdanjo frizuro, pobegi od doma, kajenjem, opijanem, drogiranjem, kriminalom, različnimi psihosomatskimi težavami (telesnimi in duševnimi boleznimi), poskusi samomora ipd. Pomembno je, da odrasli prepoznamo njihovo vedenje in jih začutimo v pravem trenutku in na ustrezen način. V trenutkih otrokove stiske ne obsojajmo, moralizirajmo, kritizirajmo, saj takrat otrok potrebuje le našo pomoč, ljubezen, pripadnost, naše razumevanje, sočutje in moč za naprej.

Vloga odraslih je velika, a ostaja preprosta – otrok potrebuje le močno čustveno podporo, občutek varnosti in brezpogojne sprejetosti. Vedeti in čutiti mora, da mu pomemben odrasel zaupa, da ga ima rad in da se imajo kam zateči, kadar se mu v trenutkih razočaranja in porazov v življenju zatakne. Bodimo otroku spremljevalci, ne pa sužnji na poti njegovega odraščanja.

Otrok stalno išče pri odraslem oceno svojega dosežka. Potrebno ga je naučiti sprejeti tako pohvalo in potrditev, kakor tudi zavrnitev in kritiko.

Dejavniki, ki (lahko) otroku pomagajo takrat, kadar ima občutek, da ne (z)more več:

- usmerjanje otrokove radovednosti v pozitivno smer, da bi razvili njegovo »raziskovalno žilico« in jo usmerili v področja, ki odvrtaajo od tveganih vedenj in situacij;
- podpiranje vzgoje o vrednotah in vedenju, ki ceni, spoštuje in razvija odgovoren odnos do svojega zdravja in zdravja skupnosti;
- spodbujanje otrokove pozitivne samopodobe, ki jo mladi potrebujejo za zdrav osebnostni razvoj. Ta je pogojen z občutkom varnosti, identitete, pripadnosti, smiselnosti in sposobnosti. V obdobju mladostništva je potrebno okrepiti značilno krhko ljubezen do samega sebe, ki mladim pomaga pri soočanju z življenjskimi izzivi, da se lažje spoprijemajo s skušnjavami;
- razvijanje socialnih veščin, ki bodo mladim pomagale, da se bodo v odnosu do drugih vedli primerno in predvsem samostojno in se tako uspešno izognili pritiskom vrstniških skupin;
- spodbujati bogato in raznovrstno preživljanje prostega časa, ki bo otroku širilo obzorja in odkrivalo nove svetove ter tako pomagalo najti zadovoljstvo, ki ne bo ogrožalo njegovega zdravja.

Mladi, s katerimi se vsakodnevno srečujem v svoji delavni sobi in po šolah, mi pogosto sporočajo in me prosijo, da jih odrasli vendarle naučimo živeti. Učne snovi se bodo naučili sami, mimogrede (iz učbenikov, zvezkov, interneta ...). Življenja pa se ne da naučiti iz učbenikov, saj se ga učimo skozi življenje, predvsem in zlasti na najdragocenejših lastnih izkušnjah. Njihova prošnja je močna in odmevna. Zato - dovolimo in omogočimo otrokom čim več dragocenih lastnih izkušenj, ki vodijo v odraslost in pripravljajo na življenje, ki pa žal pogosto ne zna prizanašati.

Mateja Petric
Posvetovalnica za učence in starše Novo mesto