

CZAS DORASTANIA

Czas dorastania to most, przez który człowiek przechodzi od beztroskiego dzieciństwa do odpowiedzialnej dorosłości. Czas, które wypełniają złożone nierzadko burzliwe zjawiska, związane ze zmianami anatomicznymi, fizjologicznymi i psychicznymi.

W bogatej literaturze przedmiotu zamiennie używa się nazw: dorastanie, dojrzewanie, adolescencja, wiek przejściowy. W psychologii polskiej najczęściej stosuje się nazwę wiek dorastania, obejmując nią zarówno dojrzewanie biologiczne, jak i związany z nim rozwój psychiczny oraz społeczny.

Wiek dorastania rozpoczyna się w 11 – 12 roku życia i trwa do osiągnięcia wieku młodzieńczego przypadającego na 18 – 19 rok życia, kiedy człowiek osiąga zdolność dawania nowego życia oraz zdolność do kształtowania własnego życia.

W okresie dorastania szczególną uwagę należy zwrócić na następujące właściwości młodzieży:

- bujnie rozwijający się intelekt, a szczególnie zdolność myślenia przyczynowo – skutkowego i w związku z tym krytycyzm;
- silnie zaznaczająca się potrzeba samodzielności i nowego doświadczenia obok szeregu innych;
- pewna nadpobudliwość nerwowa i uczuciowa.

Wspomaganiu dorastania młodego pokolenia sprzyja:

- okazywanie szacunku, poprzez traktowanie młodych jako osoby zdolne do uczestniczenia w podejmowaniu decyzji;
- okazywanie zainteresowania i zaangażowania w sprawy młodzieży poprzez konstruktywną współpracę i tworzenie warunków do rozwijania dojrzałej niezależności;
- tworzenie młodzieży warunków do konstruktywnego eksperymentowania w życiu poprzez kształtowanie umiejętności poznawania własnych możliwości i ograniczeń;
- tworzenie nastolatkom warunków do rozwijania kompetencji społecznej;
- tworzenie okazji do rozwoju moralnego ze szczególnym naciskiem na modelowanie zachowań moralnych poprzez dostarczanie wzorców przez dorosłych;
- udzielanie młodzieży pomocy w odnajdywaniu sensu życia.

Drogi dochodzenia do dorosłości bywają trudne, pojawiające się przeszkody i sprzeczności są jednak naturalną kolejną rzeczą. Osiąganie dojrzałości to czas nawiązywania głębokich, trwałych przyjaźni, rozwijania zdolności i zainteresowań oraz własnej indywidualności.

DORASTANIE A UCZUCIA

W języku polskim mamy trzy czasowniki opisujące zjawisko miłości na różnych poziomach: **LUBIĆ, KOCHAĆ, MIŁOWAĆ**. Każde z tych słów wyraża pewien poziom miłości.

LUBIĆ – powinno mieć zastosowanie do rzeczy, zwierząt, zjawisk; jest to raczej najniższy stopień upodobania.

KOCHAĆ - ma zastosowanie w mówieniu o relacjach pomiędzy ludźmi, oznacza coś wyższego niż lubię. Słowo kochać bywa używane w formie zwrotnej kochać się, co uwydatnia miłość pożądania, czyli taką, w której

pragnie się przedmiotu miłości głównie dla własnego dobra. Dzieje się to wtedy, gdy dochodzi do głosu bardziej afekt zmysłowy niż woli.

MIŁOWAĆ – jest określeniem mającym zabarwienie miłości wyższej niż tylko uczuciowa, pożądania. Miłować to znaczy z wyboru i nie dla własnej korzyści.

MIŁOŚĆ – nadaje sens życiu, uskrzydla, podnosi samoocenę, rozświeśla wszystko co napotyamy na swojej drodze. Skłania do pracy nad sobą, dopinguje do pozytywnej zmiany, tworzy bezpieczny krąg bliskości, dobroci, zaufania.

Wiemy, że nie zawsze tak bywa, Bywają uczucia niszczące, lekkomyślne, nieodpowiednie. To my sami tworzymy życie poprzez wybory, decyzje, działania.

- Nie spiesz się! Wszystko przyjdzie, jeśli chcesz, aby to, co ma nadejść było dobre i piękne.
- Postaraj się, aby naprawdę zaistnieć. Być kimś określonym, czymś zainteresowanym, naprawdę coś umiejącym. To pomaga, zwiększa wymagania, przyciąga ciekawych ludzi.
- Masz obowiązek zatroszczyć się o siebie, dbać o siebie, inwestować w siebie i siebie rozwijać.
- Czy byłoby rozsądnie oddawać tę wielką szansę – własne życie – w ręce przypadkowego chłopaka, czy dziewczyny, tylko dlatego, że ładnie tańczy, pięknie mówi i jego/jej zainteresowanie budzi zazdrość innych dziewczyn czy chłopców?

ZAUWAŻ ŻE:

Płciowość jest tym wymiarem naszego człowieczeństwa, w którym poczynają się i przychodzą na świat nowi ludzie. To, że jesteś chłopakiem lub dziewczyną jest czymś bardzo poważnym i zobowiązującym. Znaczą to bowiem, że nosisz w sobie wspaniałą zdolność do związania się z kimś tak głęboko, że z tego Waszego związku nie tylko narodzą się dzieci, ale potrafcie

im stworzyć przestrzeń prawdziwej ludzkiej miłości, bo sami jako małżonkowie, będziecie się prawdziwie kochali.

Dopiero z perspektywy czasu można dostrzec, że nie trzeba przyspieszać tego, co jest dla nas przeznaczone w odpowiednim momencie. Seks nie straci na wartości i atrakcyjności jeśli nie będzie go uprawiał/uprawiała w czasie, gdy najważniejsza wydaje się nauka, zdobywanie życiowych doświadczeń, czy rozwijanie zainteresowań.

Im jesteś dojrzałszy, a co za tym idzie także starszy, tym lepiej poznajesz siebie i innych ludzi, swoje i cudze potrzeby. Stajesz się świadomy(a) swojego ciała, jego zachowań, reakcji ale też znasz swoją psychikę i emocje, a z czasem coraz lepiej odróżniasz rzeczy ważne od nieistotnych.

Pójście tą drogą daje ogromną szansę na powodzenie związku uczuciowego, w którym na pierwszy plan wysuniecie wzajemny szacunek, ofiarność, oddanie, wierność i przyjaźń, nie zaś zaspokojenie określonych potrzeb fizjologicznych fizjologicznych zapewnieniu sobie podziwu rówieśników.

PRZEMYŚL TE ZDANIA!

1. Jedynym sposobem uniknięcia bolesnych porażek i rozczarowań jest uczenie się dojrzałej sztuki życia.
2. Kto nie krzywdzi samego siebie, ten potrafi bronić się przed ludźmi, którzy chcą wyrządzić nam krzywdę.
3. Poprzez seksualność człowiek może wyrażać miłość i przekazywać życie, albo wyrażać przemoc i przekazywać śmierć.
4. Kto wymaga od siebie niewiele, ten nie osiągnie niczego. Kto wymaga od siebie dużo, ten osiągnie wszystko.
5. Jeśli chcę, by inni mieli szansę rozumieć i uszanować moje przekonania i przeżycia, to powinienem im powiedzieć wprost o tym, co się we mnie dzieje.

6. Przyjaciel to ktoś, kto potrafi mnie kochać niezależnie od tego, czego się o mnie dowie.
7. Wygrać życie może tylko ten, kto potrafi obronić w sobie bogactwo pragnień, marzeń i szlachetnych ideałów.
8. Mentalność zwycięzcy oznacza odwagę proponowania sobie i innym życia w miłości, prawdzie i wolności.
9. Alkohol i narkotyki zastawia na człowieka śmiertelnie groźną pułapkę, gdyż najpierw obiecuje łatwe szczęście, a potem oszukuje, uzależnia i zabija.

DORASTANIE A AIDS

Największym sprzymierzeńcem AIDS jest często zmienianie partnerów. Zastanów się, czy warto rozmieniać swoje życie na setki nic nie znaczących, krótkotrwałych epizodów, czy naprawdę można mierzyć swoją wartość ilością „zaliczonych” dziewczyn czy chłopaków?

Przyczyną AIDS jest wirus HIV. Wirusem tym można zarazić się poprzez:

- kontakt seksualny z zarażoną osobą;
- wprowadzenie do organizmu zakażonej krwi.

Poza tym zakażona matka może urodzić zakażone dziecko. Zatem – wirusy mogą być przekazane osobie zdrowej poprzez: krew, nasienie i wydzielinę kobiecych narządów płciowych.

Nasze bezpieczeństwo zależy więc przede wszystkim od nas samych!

Najlepszym sposobem zabezpieczenia się przed wirusem HIV jest zachowanie tradycyjnych zasad moralności seksualnej. Dopiero poprzez przestrzeganie tych zasad możesz odkryć pełny sens swojej ludzkiej płciowości i napędzić swoje przyszłe małżeństwo i rodzinę prawdziwą miłością.

ZASTANÓW SIĘ!!!

- Czy zbyt wcześnie podejmowanie aktywności przeznaczonych przede wszystkim dla dorosłych lub po prostu szkodliwych (NARKOTYKI)

przyniesie Ci więcej pożytku czy komplikacji?

- Czy pomoże Ci w codziennym życiu, czy uczyni je radosnym i spokojnym – czy też wciągnie Cię w błędne koło zagrożeń, wymagań i konfliktów?

ZAPAMIĘTAJ!!!

- Całodobowy telefon Zaufania AIDS
(022) 692-82-26
(022) 622-50-01
lekarze specjaliści dyżurują we wtorki i czwartki w godzinach 17.00 – 21.00
- AIDS – Zielona Linia
(022) 621-33-67
poniedziałki, środy w godzinach od 13.00 do 18.00
wtorki, czwartki, piątki w godzinach od 10.00 do 16.00
- Ośrodek Informacji o HIV i AIDS
(022) 331-77-66
info@aids.gov.pl
- Poradnia internetowa HIV i AIDS
www.aids.gov.pl
- Opieka psychologiczna w Publicznej Poradni Psychologiczno – Pedagogicznej w Myszkowie
ul. Partyzantów 21 tel.313-03-67
- Po wcześniejszej konsultacji z lekarzem przyjmującym w Wojewódzkiej Przychodni Leczenia Nabytych Zaburzeń Odporności przy Wojewódzkim Szpitalu Zespolonym
ul. PCK 1 w Częstochowie
325-16-82; 325-26-11
możesz wykonać test

BIBLIOGRAFIA:

1. Braun Gałkowska M. – Rozmowy o życiu i miłości. Warszawa 1989r.
2. Jaczewski A. – Nasze dzieci dorastają. Warszawa 1998r.
3. Obuchowska I. – Drogi dorastania. Psychologia rozwojowa wieku dorastania dla rodziców rodziców wychowawców. Warszawa 1996r.
4. Węglarczyk G. – Bez ryzyka. Kraków 2001r.