

## **BO TY MNIE NIE ROZUMIESZ - KONFLIKTY RODZICÓW Z NASTOLATKAMI**

Konflikty rodziców z dziećmi w okresie dojrzewania są nie do uniknięcia, jak choroba wieku dziecięcego, którą trzeba po prostu przejść. Choroba może mieć przebieg łagodny albo ostry. Niestety, choruje nie tylko dziecko – rodzic też. Najczęściej z bezradności. Bo jak reagować na zarzut nastolatka – „Ty mnie w ogóle nie rozumiesz!”.

### **To nie jest mój świat**

Będąc małymi dziećmi przyjmujemy punkt widzenia dorosłych – innego nie znamy. Dorastając mamy do dyspozycji coraz szersze spojrzenie, dostęp do wielu racji, systemów filozoficznych, religijnych, konfrontujemy z systemami naszych kolegów, przyjaciół. Z czasem rówieśnicy pełnią ważniejszą rolę niż rodzice, bo żyją w tym samym rytmie, w tym samym świecie, znajdujemy u nich zrozumienie, a u rodziców już nie. - Młody człowiek weryfikuje normy i zasady wpojone przez rodziców. Niektóre normy uznaje za swoje („tak mnie rodzice wychowali, ja uważam, że to dobre i tak zamierzam żyć”), a inne odrzucają („oni mnie tak wychowali, ale ja się z tym nie zgadzam, tą zasadą nie zamierzam się kierować”). Nastolatki, konfrontując to, co wynieśli z domu z postawami, które prezentują rówieśnicy, zadają sobie pytania, czy wybór drogi życiowej rodziców jest jedynym słusznym? Nabierają wątpliwości, niektóre wartości podważają, inne wręcz odrzucają. Czasami w grupie rówieśniczej rodzą się silniejsze więzy niż w rodzinie, więc to, co mówią rówieśnicy, staje się ważniejsze. „Bo ty mnie nie rozumiesz, mamo!” – słyszymy często od dorastających dzieci. I często tak właśnie się czują – wyobcowane, niezrozumiane, traktowane wciąż jak dziecko.

### **Czy tylko hormony?**

Zanim dziecko osiągnie dojrzałość emocjonalną, tożsamą z umiejętnością panowania nad emocjami i świadomym kierowaniem swoim zachowaniem, osiąga dojrzałość płciową, odbieraną często przez nie już jako dorosłość. Dzieci czują się jak dorośli, a dorośli wciąż widzą w nich dzieci. Konflikt gotowy.

Trudno poważnie traktować kogoś, kto ma wciąż zmienne nastroje, pyskuje, jest pobudliwy, niecierpliwy, albo uparcie milczy lub wręcz się odgraża. Nie może być przecież oznaką dojrzałości niedojrzałe zachowanie.

Młody człowiek może też czuć się dojrzały intelektualnie – jest sprawny w argumentowaniu, myśleniu, kojarzeniu faktów, budowaniu skomplikowanych struktur gramatycznych i matematycznych, a jednak trudno mu zrozumieć i zaakceptować podległość ekonomiczną i emocjonalną wobec swoich rodziców. Dojrzewa, kształtuje się jego system wartości, kodeks moralny, którym będzie się w życiu dorosłym kierować. Ten system niekiedy jest tożsamy z tym, co mu przekazali rodzice, nierzadko jednak powstaje w opozycji wobec nich. Ważne, by dziecko wiedziało, że dorosłość przejawia się również w odpowiedzialności za podjęte decyzje. A te dyktuje nam właśnie system wartości, dojrzałość moralna. – Niekiedy dzieci oczekują od dorosłych sprzecznych rzeczy. Z jednej strony chciałyby mieć przywileje dorosłości, a z drugiej poczucie bezpieczeństwa wynikające z tego, że odpowiedzialność za ich decyzje ponoszą rodzice. Opiekunowie zapewniają bezpieczeństwo materialne, a jednocześnie mają nie mieć żadnych wymagań, władzy rodzicielskiej i najlepiej, żeby się nie wtrącali. Nie da się jednak pogodzić przywilejów dorosłości z przywilejami bycia dzieckiem jednocześnie.

### **Ale jak zrozumieć nastolatka?**

Okres dojrzewania jest pewnym etapem w rozwoju. I tak go należy traktować, jak coś, co minie, co musi się zdarzyć. Wszystkie związane z nim niepokojące objawy są naturalnym efektem zmian, jakie się toczą w ciele i psychice dziecka.

Ono samo niekiedy nie rozumie tych zmian i dojrzewanie jest dla niego czasem fizycznej i

psychicznej udreki. Hormony czynią ciało niezręcznym, wrażliwym na dotyk, na bodźce, czynią nastolatków drażliwymi, buntowniczymi lub chorobliwie nieśmiały.

Łatwiej udać się do rówieśnika niż swoje wątpliwości rozwiewać z rodzicami, którzy „i tak nic nie rozumieją”. Pytają tylko o szkołę, bądź w ogóle z dzieckiem nie rozmawiają:

- Zawsze to żalosne pytanie – „jak w szkole?” – skarży się nastolatek. - Odpowiedź jest prosta „było spoko” i tyle...

### **Siła tkwi w grupie**

Akceptację nastolatek odnajdzie w grupie rówieśniczej, w subkulturach, tam gdzie może się identyfikować z prezentowanymi przez innych wartościami. Tu znajdzie zrozumienie i wsparcie, przyjaciel go wysłucha i co ważne, nie skarci. - Rola rodzica jest inna niż rola przyjaciela. Przyjacielowi możemy powiedzieć różne rzeczy, on to przyjmie bez oceniania, nie ma też ryzyka, że ukarze nas, lub zażąda zmiany postępowania. Może się z nami zgadzać lub nie, ale na ogół będzie tolerować, natomiast ze strony rodzica raczej nie można na to liczyć. Bo rodzic zaraz się do tego odniesie, oceni - co jest dobre, a co złe, powie, jakie ma oczekiwania w związku z tym, wskaże, czym należy się kierować. Na tym m.in. polega wychowanie. Rodzic będzie próbował wpłynąć na decyzje dziecka, gdyż jest za dziecko odpowiedzialny. Przyjacielowi natomiast łatwiej zrezygnować z prób wpływania na decyzje. Raczej przyjmie je do wiadomości, gdyż nie ponosi za nie żadnej odpowiedzialności. Z tych powodów łatwiej zwierzyć się przyjacielowi niż rodzicom.

Grupa wyznacza kryteria, system wartości, pomaga zaakceptować siebie. „Lubią mnie, chcą być ze mną – to znaczy, że jestem wartościowy, że jestem ok.” W domu nastolatek może usłyszeć, że jest do niczego, że nic nie umie, że jest pasożytem i gębą do wykarmienia. Że muzyka, której słucha jest nie do przyjęcia, a poza tym ma się uczyć, bo to jedyne, co rodzice od niego oczekują. Jeśli za tymi komunikatami nie idzie rozmowa, akceptacja i zrozumienie, coraz trudniej będzie o kontakt i bliskość z dorastającym dzieckiem.

### **Nie rodzimy się rodzicami**

Niewiele trzeba, by zostać rodzicem – nikt nas w tym kierunku nie kształci, nikt nie wymaga uprawnień, dyplomów. Tych ról, jak każdego innych, uczymy się w ciągu życia. Potrzebna jest cierpliwość i dobra wola. Dobrze, jeśli w grupach rówieśniczych, u których niezrozumiane w domu dziecko szuka akceptacji, nie ćpa się, nie pije, nie awanturuje i nie szuka innych „eksperymentów” ale przecież i tego typu doświadczenia nieobce są rodzicom nastolatków.

Palenie papierosów czy picie alkoholu to często synonim „dorosłego życia” – nastolatki po te atrybuty sięgają w coraz młodszym wieku i coraz częściej. Obniża się także granica wiekowa, kiedy eksperymentują z seksem. Uważają, że współżycie w ich wieku jest naturalne, a rodzice są zacofani i nie rozumieją prostych kwestii: - Seks to temat dla starszych dosyć delikatny – mówi Kasia. - Żyjemy w innych czasach niż nasi rodzice, no niestety, są jeszcze takie stereotypy, że nie rozumieją tego. To nasze życie i my decydujemy. Rodzice chyba już zapomnieli jak sami byli młodzi, pewnie robili gorsze rzeczy, niż my. Ale starzy się przecież do tego nie przyznają.

Niestety, rola rodzica nie jest łatwa, my dorośli też czasem zachowujemy się niedojrzale.

Wypowiadamy w gniewie wiele słów, nie liczymy się ze zdaniem naszych dzieci, bagatelizujemy ich problemy i nie dostrzegamy ich wrażliwości.

### **Wychowanie w dobrym stylu**

Zachowanie dziecka uzależnione jest od stosowanych przez opiekunów stylów wychowawczych. Można wyróżnić cztery: styl autorytarny (kontrolowanie zachowań i postaw dziecka, surowe zasady, wychowanie kontrolujące, wymagające), styl permissywny (stawianie dziecku niewielkich wymagań, akceptacja bez kontroli), styl zaniedbujący (niewymagający, niekontrolujący, niewrażliwy) i – najbardziej pożądanym - styl autorytatywny (ustalanie wraz z dzieckiem reguł i standardów, dialog, wychowywanie akceptujące, skoncentrowane na dziecku, konsekwentne, kontrolujące). Pierwsze trzy style mogą budzić u dziecka nieufność, zmienne nastroje, bunt i

agresję, niedojrzałość emocjonalną i społeczną. Styl autorytatywny natomiast, oparty na partnerstwie ale też i na autorytecie, budzi u dziecka niezależność, asertywność, zadowolenie, odpowiedzialność, chęć współpracy z dorosłymi, wiarę we własne możliwości, samokontrolę. Traktowany tak syn czy córka chętniej otworzy się przed rodzicami, będzie szukać u nich akceptacji, zrozumienia i wsparcia, bo wie, że zostanie wysłuchane bez oceniania, moralizowania i pouczania.

### **Był sobie bunt**

Bunt w wieku nastoletnim nie jest żadną patologią, choć może przybrać taką formę. Najczęściej jednak jest stanem naturalnym, dobrze poznanym i opisanym w literaturze, można wyróżnić kilka jego poziomów:

I poziom buntu – we wczesnym okresie dojrzewania młody człowiek zaczyna postrzegać się jak osobę dorosłą, znamionami dorosłości dla niego są zmiany zewnętrzne – zarost, zmiany w fizjologii, pobudzona seksualność, mutacja u chłopców. Nastolatek uważa się wtedy za równego z dorosłymi członkami rodziny i otoczenia, domaga się więc tych samych praw – wolności, równości, decydowania o sobie pomimo że wciąż jest zależny ekonomicznie i prawnie od swoich rodziców. Sprzeciw rodziców i stawianie przez nich granic wywołuje u niego poczucie niezrozumienia i ograniczenia.

Bunt na II poziomie wiąże się już z procesami tożsamościowymi. Jest reakcją na zagrożone poczucie własnej tożsamości. Często związane jest to z naciskami ze strony rodziców, szkoły, grup i podgrup społecznych. Nakazy i zakazy są ze sobą sprzeczne (inne od rodziców, a inne np. od grupy rówieśniczej) z czym młody człowiek z trudem sobie radzi, bo jeszcze sam nie sprecyzował własnego światopoglądu. Reakcją może tu być bunt radykalny, totalna negacja ludzi i zjawisk, dzięki której może zostać odkryta własna tożsamość nastolatka (Nie jestem taki jak wy! Nie chce być jednym z was!).

Kolejny, III poziom buntu, wiąże się z odroczeniem odpowiedzialności za podejmowane w życiu decyzje. Jest to czas na eksperymentowanie z różnymi postawami i poglądami, szukaniem własnej ścieżki. To postawa egocentryczna, która zasadza się na dwóch zjawiskach – pragnieniu odróżniania się oraz przypisywaniu swoim marzeniom nieograniczonych możliwości. Ten idealistyczny, wytworzony przez młodego człowieka świat, często nijak się ma do rzeczywistości, bo w świecie realnym toczą się wojny, rozwodzą ludzie, istnieje ubóstwo i cierpienie. W nastolatku rodzi się bunt przeciwko takiej rzeczywistości – najczęściej będzie się wyrażał w ubiorze, identyfikowaniu się z poglądami outsiderów, protestujących ekologów czy obrońców praw mniejszości. To bunt konstruktywny.

IV poziom buntu dotyczy tylko tych osób, które przyjęły tożsamość negatywną, często utożsamiając się z grupami czy środowiskami destrukcyjnymi. Jeśli zabrakło autentycznych uznanych przez młodzież autorytetów, zabrakło akceptacji i wsparcia, dorastający człowiek może przyjąć postawę odwetową (nawet przestępczą) lub uznać swoją niższość i podległość (grupy mniejszościowe, grupy dyskryminowane).

Bunt młodzieńczy to komunikat – „Halo! Jestem tu! Wyrosłem między wami, ale jestem odrębną, samodzielnie myślącą jednostką. Nie mówcie mi co mam robić, nie mówcie mi, co jest dla mnie lepsze. Pozwólcie mi uczyć się na moich błędach”. To właśnie taka treść kryje się często za komunikatem: „Moi rodzice mnie nie rozumieją”.