

# Puberteta zdaj traja do 24. leta

Družina je za mladostnika preveč varen prostor, da bi ga motivirala, da odraste

[Saša Bojc](#)

**DELO**

sre, 24.01.2018, 10:00\_



Ker je za otroke edina skrb pogosto le šola in učenje, se samovrednotijo v večji meri glede na šolski uspeh. Foto: Fotodokumentacija Dela

*Puberteta nastopi prej iz bioloških razlogov in traja dlje iz socioloških.*

*Normalen pubertetni razvoj poteka med 9. in 15. letom starosti.*

*K vzgoji pristopamo kot h krizni situaciji, ne več spontano.*

*Umikajo se za zaslone, medtem pa teče dragoceni čas za socializacijo.*

Adolescenca danes traja od 10. do 24. leta, čeprav bi se po mnenju znanstvenikov morala končati do 19. leta, so zapisali pri BBC. Mladi se dlje izobražujejo, odlašajo s poroko in starševstvom, kar je zamaknilo tudi tisto stereotipno mejo, pri kateri se začne odraslost. Kako pa je pri nas?

Z izrazom adolescenca oziroma puberteta označujemo prehod iz spolne nezrelosti v spolno zrelost, v tem obdobju pa se dogaja zorenje na več ravneh. Vključuje izrazit telesni razvoj, kognitivni razvoj, psihosocialni in duševni razvoj. To kompleksno zaporedje telesnih sprememb

imenujemo puberteta, meja, pri kateri nastopi, pa se je v 150 letih vidno spustila.

»Starost, ko se začne normalen pubertetni razvoj, se je spuščala od povprečno 17. leta sredi 19. stoletja do trenutno povprečne starosti 12,5 leta, in to iz različnih vzrokov, predvsem zaradi boljše skrbi za otroke, močno izboljšane prehrane dojenčkov, otrok in mladine. Zdaj normalen pubertetni razvoj poteka med 9. in 15. letom starosti,« pojasnjuje zdravnica specialistka šolske medicine iz Zdravstvenega doma Ljubljana Enote Center Tatjana Grmek Martinjaš. Odraščanje spremlja značilno, s (pretiranimi) čustvenimi odzivi zaznamovano vedenje, ki je normalen izraz osamosvajanja, vendar ima v zadnjem desetletju vse pogostejše patološke odklone, ki zahtevajo pomoč strokovnjakov, opominja psihologinja in specialistka logoterapije dr. Zdenka Zalokar Divjak z več kot 35-letnimi izkušnjami zlasti s področja psihologije osebnosti in medosebnih odnosov.

### **Starši naredijo vse**

Današnji otroci si zaradi velikega števila informacij in novosti želijo prehitro odrasti, hkrati pa temu ne zmorejo slediti na vseh področjih svojega življenja, saj za to še niso opremljeni. Poleg tega k vzgoji pristopamo kot h krizni situaciji, ne več spontano in upošteva, da tudi otrok potrebuje dovolj časa in prostora za svoj razvoj. Čeprav v družbi prevladuje prepričanje, da je za marsikaj krivo predvsem pomanjkanje časa, Zdenka Zalokar Divjak za bolj škodljivo šteje prepričanje staršev, da morajo nenehno bedeti nad otrokom in v vsem prisluhniti njegovim željam.



»Ko jih vprašam, kaj bi naredili za svojega otroka, ponavadi izstrelijo: Vse! In kaj potem ostane otroku? Nič! V ozadju počasnega osamosvajanja zlasti slovenskih otrok – o tem pričajo številni podatki in v tem pogledu smo na vrhu v Evropi – je prav to nezaupanje. Na otroka ne gledamo več kot na bitje, ki ga je treba oddati od sebe, ga pripraviti na samostojno pot in ga poslati v

življenje, pa čeprav bo zato imel negativne izkušnje. Poskušamo ga zaščititi pred stresom in frustracijami vseh vrst. Poleg tega so se deloma pootročili tudi starši. Zdi se jim potrebno, da se igrajo z otroki in so njihovi prijatelji, kot vrstniki. Tudi to je škodljivo, saj otroci izgubijo kompas oziroma steber, po katerem se zgledujejo, hkrati pa dobijo moč, ki jo tako ali drugače izkazujejo nad starši pa tudi nad učitelji v šoli. Starši mi nemalokrat celo potarnajo, da jih otroci kaznujejo z odmaknjenostjo, ker jim niso ugodili, in pri tem se čutijo prizadete,« poudarja sogovornica.

### **Tekmovalna družba**

Poglavitne vzroke, ki so pripeljali do mnogih slepih ulic, vidi v tem, da smo deloma zaradi zaznamovanosti s politično in družbeno preteklostjo po nastopu demokracije, vse bolj potrošniškega načina življenja ter poplave priročnikov za sodobno starševstvo poskušali nadomestiti in omogočiti, tudi otrokom, vse tisto, česar je na videz manjkalo. Pri tem pa zašli v ekstrem, tudi v primerjavi z drugimi državami. »Če boste odrasle vprašali, kaj so imeli kot otroci, bodo odgovorili, da zelo malo, nekateri nič. Danes pa smo priča svojevrstnemu paradoksu: otroci še nikoli niso imeli toliko, tudi pozornosti staršev, hkrati pa odraslih še nikoli niso potrebovali tako zelo kot danes. Izgubljeni so v množici visokih pričakovanj staršev, družbe in do samih sebe, v kar jih je pahnila tekmovalna, egoistična in narcistična družba. Spontano otroško igro in prosti čas, v katerem je dopuščeno dolgočasenje, sta zamenjala organizirano otroštvo ter pretirana skrb staršev, ki nase prevzemajo otrokove morebitne slabe izkušnje in razočaranja ter predvsem odgovornost. Prav to pa so gradniki osebnosti in motivacija za življenje,« poudarja sogovornica.

Vse več je mladostnikov, ki jim manjka motivacije ali zanimanja za karkoli in ne vedo, kaj bi sploh radi počeli v življenju, vse bolj se spušča tudi starostna meja, pri kateri se pojavljajo psihosomatska obolenja, strah in tesnoba pred neuspehom in življenjem samim, strah, ki jih popolnoma ohromi. »Pred več kot desetimi leti sem na terapijah imela bolj ali manj posamične primere, denimo, opijanja, prebegov od doma, depresij. Zdaj pa se ukvarjamo z vse več mladostniki, ki obupajo že pri najmanjših težavah ter doživljajo napade strahu in panike, kar priča predvsem o tem, da so otroci izgubili individualnost in sproščenost, ki se je morajo skozi terapijo umetno priučiti. Taka sprememba zahteva najmanj leto dni strokovne podpore,« razkriva. Odnose bi lahko (z)gradili in otroku vlili potreben občutek varnosti že, če bi si dopustili tako vsakdanja opravila, kot je kuhanje kosila in družinski sprehod v okolici doma, namesto da hitimo od ene dejavnosti do druge. K tekmovalnosti in čim večji storilnosti težijo tudi delodajalci, medtem ko so zlasti v skandinavskih državah že prepoznali blagodejne učinke skrajšanih delovnikov na družbo. »Mi pa smo še vedno naravnani v doseganje tistega, kar je vidno na zunaj, in se ne vprašamo po tistem, za kar se je v življenju zares vredno truditi,« je kritična.

### **Porast narcisizma**

Z generacijami, ki ob polnoletnosti kažejo vse manjšo samostojnost in zahtevajo vedno več individualne pozornosti odraslih, se srečujejo učitelji in strokovnjaki v šolski svetovalni službi. Ajda Erjavec Bartolj, šolska psihologinja in pedagoginja na Gimnaziji Vič, ki ima izkušnje z delom v osnovni in srednji strokovni šoli, opaža porast individualizma in narcisizma. »Če smo nekoč učenci samo čakali na odmor, da se rešimo nadzora odraslih, današnji otroci nenehno iščejo njihovo pozornost. Že pri delu v osnovni šoli me je zdramil pojav, da je med odmorom kar tako k meni romala četica otrok, da bi kramljala z mano.« Mlade v sodobni družbi odrasli po eni strani pretirano ščitimo pred tem, da bi naredili kakšno napako, po drugi pa od njih pričakujemo in jim vsiljujemo prepričanje, da bi morali biti nenehno srečni, kar je svojevrsten pritisk v smeri razvoja perfekcionizma in tesnobe ob morebitnih neuspehih.

Mladi tako svoje potrebe pogosto zadovoljujejo tudi s tehnologijo. Računalniške igrice so

zasnovane tako, da animirajo in prinašajo iskani občutek vznemirjenja in sreče, ter zato lahko vodijo v odvisnost, medtem ko vsakodnevni izzivi zahtevajo več zavestnega napora. »Umikajo se za zaslone, medtem pa teče dragoceni čas za socializacijo – razvoj identitete in karierni poti pa tudi odnosov z vrstniki. Čeprav imajo v primerjavi s prejšnjimi generacijami prijaznejše šolanje, tudi napovedane teste in spraševanje, med dijaki opažam porast tesnobe in paničnih napadov ter psihosomatskih težav. Nekateri celo nočejo več v šolo ali pa šolske obveznosti lahko opravljajo v posebnih, še bolj prijaznih razmerah. Mnogi so zato v strokovnih obravnavah – pri čemer jim je v javnem zdravstvu precej hitro na voljo psihofarmakološka podpora, psihoterapevtska pomoč, ki bi bila potrebna za razvoj drugačnih strategij spoprijemanja s težavami, pa običajno umanjka,« opozarja Ajda Erjavec Bartolj.



V večini šol za preventivo ni ne časa ne denarja, najbolj ogroženim pa ponudimo odpustke. Zahteve do odraščajočih se spreminjajo ne samo v šoli, temveč predvsem v domačih okoljih. »Mnogokrat slišim, da mladostnik doma ne pomaga pri nobenem domačem opravilu, čeprav bi to zmoget. Starši jih opravičujejo, češ da naj se ukvarjajo s šolo, pri čemer pa se ne zavedajo, da bi otrok s svojim prispevanjem k skupnosti zgradil večje samospoštovanje in samozavest. Tako pa povečevanje pomena šole, ocen in dodatnih dejavnosti postaja (pre)pomembno za otrokovo samovrednotenje. To ne preseneča, saj celo starši prilagajajo svoja življenja, da bi bil otrok uspešen: postajajo šoferji, inštruktorji, osebni pomočniki, opravljajo celo dodatna dela, da lahko plačujejo zunajšolske dejavnosti. Mnogim se zdi povsem normalno, da bodo otroka ne samo pripeljali do kruha, temveč mu kupili vse, od avtomobila do stanovanja. Tudi o svojem dijaku v četrtem letniku utegnejo povedati, da skupaj berejo maturitetno čtivo,« opisuje starše mladostnikov, ki so že dosegli polnoletnost oziroma so tik pred tem. Ni redko, da je družina za mladostnika tako varen in udoben prostor, da ga ideja o samostojnosti spravlja v stisko – namesto da bi ga motivirala.

### **Izkušnja nekvalificiranega delavca**

Pojavlja se pretiran nadzor nad šolskimi rezultati. »Past tega preverjanja – pri nas lahko za ocene izvedo le na govorilnih urah – je, da otrok nima nikakršnega manevrskega prostora, da bi težavo rešil sam, oceno popravil, preden bi za to izvedeli starši. Posameznim mladostnikom se zdi običajno ali celo dobrodošlo, da starši vsak teden obiskujejo njihove profesorje.« Ker se vsako leto potegujemo za vpis, se tej dinamiki deloma prilagaja tudi šolski sistem, in to celo na univerzitetnem študiju, k podaljševanju infantilnosti mladih pa posredno prispevajo tudi drugi državni ukrepi, opominja sogovornica.

V današnjih časih morajo starši zbrati veliko poguma, da bi svojim otrokom rekli nekaj, kar je bilo včasih samoumevno – da morajo v službo, če ne bodo hodili v šolo. »To je – vem za take primere – lahko tudi danes zelo učinkovit ukrep. Marsikateremu mladostniku je izkušnja dela nekvalificiranega delavca vrnila voljo do učenja in celo prispevala k samozavesti. A starši, ki se odločijo za tako skrajni ukrep, so redki, saj se morajo spoprijeti s hudimi pritiski okolice.«