



Юношество

Обучение за консултанти на
Гореща телефонна линия за деца

Фондация “Асоциация Анимус”

Септември 2009, София

Какви са юношите?

Защо ни дразнят и ни карат да се чувстваме безпомощни?

Необясними крайности в поведението на юношата, които можем да наблюдаваме:

- Пълен егоизъм и усещане, че е център на вселената и същевременно готовност за алтруизъм и саможертва.
- Страстни любви, за да бъдат прекъснати от раз.
- Ентусиазъм за участие и същевременно желание за усамотение и оттегляне.
- Сляпо следване и подчинение на лидер/мода и същевременно бунтарство срещу всеки и всичко.
- Материализъм и същевременно идеализъм.
- Грубост и арогантност и свръхчувствителност и докачливост.
- Оптимизъм – песимизъм



Нормалното развитие през юношеството включва:

- Справяне с физическите промени.
- Овладяване на сексуалните и агресивни импулси.
- Постигане на автономност от родителите или тези, които полагат грижа.
- Установяване на добри връзки с връстници.
- Достигане на капацитет за интимност и романтична връзка с друг.
- Установяване на трайна ценностна система.
- Идентичност (особено в сексуален план).
- Достигане на чувство за компетентност и справяне.
- Реалистично планиране на бъдещето – жизнен план.
- Достигане на емоционална стабилност и зрялост - да се научиш да се справяш с раздяла, загуба, избор, независимост и с илюзиите за света; да се научиш да приемеш реалността.



Развитието като източник на напрежение

- Един от начините да се обясняват непостоянството и невъздържаността на юношите е трудността им да се справят основната задача на възрастта – да се адаптират към физическите и психическите промени.
- Това се дължи на **разминаването между силата на инстинктите и способността на личността да ги контролира**, защото е още незряла и защото досегашните форми на контрол се оказват недостатъчни.

Развитието като източник на напрежение



- Този конфликт между напора на инстинктите и необходимостта личността да ги контролира съществува още от детството. Но тогава той преминава по по-лек начин.
- Новото при юношите е зависимостта от социалните норми. Личността вече служи на “трима господари”
 - инстинктите (биологическите и емоционални потребности)
 - правилата и ценностите, които човек е възприел (възпитаните и предадените от родителите норми)
 - обществото (външния свят с неговите изисквания и ограничения).

Развитието като източник на напрежение / Психологически механизми за справяне

Тъй като през пубертета всички инстинкти са засилени и старите механизми за справяне с тях са недостатъчни се създават нови, типични за юношеството:

- АСКЕТИЗЪМ – безразборно и цялостно отхвърляне и директна забрана на инстинктите, от един към всички. Например юношата се отказва не само от нещата, които носят сексуален намек или идея за удоволствие, а и от нормални прости неща – от защита от студа, от храна, от сън.



Развитието като източник на напрежение / Психологически механизми за справяне

- ИНТЕЛЕКТУАЛИЗАЦИЯ –
По принцип юношите стават по-интелигентни заради когнитивно им развитие. Това не са интересите от детския период към обективни неща – науки, природа, история и приключения. Юношите проявяват интерес към абстрактните идеи, които се предъкват до безкрай в съзнанието. Това, което го отличава от зрялата интелектуализация е интереса към самото мислене.

Това е свръх-ангажираност със собствената личност. Целта на това мислене не е разрешаване на конкретни задачи от живота, а удържане на инстинктите като се свържат с понятни за съзнанието идеи.



Развитието като източник на напрежение / Психологически механизми за справяне

- НАРКОТИЦИ И АЛКОХОЛ – от една страна да не се мисли; от друга самоизследване – макар и рисковото това поведение помага да се разкрият различни аспекти на личността – колко е “прекалено много” или “прекалено малко”.

- ДИЕТИ, достигащи до хранителни разстройства – опит да се контролира тялото по този начин.



Сексуалността като източник на напрежение

- Малките деца изпитват инфантилни сексуални желания към т. нар първични обекти, които са всъщност техните родители. Това са несъзнавани процеси, с които детето се справя с помощта на родителите си до към 5-тата си година и така усвоява основните норми и забрани на културата (Фройд нарича този период Едипов конфликт).
- През юношеството тези стари конфликти се възраждат, но в контекста на развита генитална сексуалност и изискват по-радикални психични защити за справяне. Разликата е, че през пубертета желанията и фантазиите за инцестна любов или агресивните импулси могат да станат реалност. Това е много смущаващо и поражда силна тревожност както у юношите, така и у родителите.

Сексуалността като източник на напрежение / Психологически механизми за справяне

- ХОМОСЕКСУАЛНИ ТЕНДЕНЦИИ - през този етап са по-скоро като защита от тревожността отколкото индикации за сексуална ориентация – банди, групи, предпочитания на приятели от същия пол в ранния пубертет.
- ВРАЖДЕБНОСТТА и отбягването на родителите е израз на страх от прекомерна близост с тях.



Сексуалността като източник на напрежение / Психологически механизми за справяне



- Постигането на сексуална зрялост през юношеството създава тревоги около потентността и нормалността, които се проявяват по най-разнообразен начин:
 - поведение от типа на сексуално перчене;
 - демонстрация на пълна осведоменост по сексуалните въпроси;
 - отдръпване от интимността;

Семейството като източник на напрежение

- Юношеството е изпитание за всички в семейството.
- Родителите не престават да бъдат по-малко важни и нужни в сравнение с детските години.



Семейството като източник на напрежение

- Разликата е, че и двете поколения преживяват разочарование едно от друго:
 - родителите трябва да се сбогуват с идеята за “перфектното дете”, което не са успели да отгледат;
 - юношите (които доскоро са били деца, чието основно желание е било да пораснат, за да станат справящи се като своите идеализирани родители), започват да добиват по-реалистична представа за родителите си, да се разочароват от тях и безпощадно да ги дисквалифицират;



© Original Artist
Reproduction rights obtainable from
www.CartoonStock.com



"How dare you write in your diary that
we're NOSEY!"

Семейството като източник на напрежение

- Семейството вече не се възприема като защитена и удържаща среда. Децата стават по-силни физически от родителите си. Семейните връзки се разхлабват. Настъпва разрив между поколенията.



Юношеските групи



- Когато вътрешното напрежение е толкова силно външната среда добива голямо значение – подкрепяща ли е или не? Групите, компаниите, са с огромно значение през юношеството и се оказват решаващи за наличието или отсъствието на една по-широка удържаща структура, допълваща вътрешната.
- Групата е място (по-безопасно от семейството), в което се изваждат на яве смущаващите напрежения, като така могат да се преживеят и осмислят.
- Групите са защитеното място, в което се разиграват различни аспекти на личността. Те дават възможност на юношата да разбере кой е той в общуването си, да експеримент с различни версии за себе си и реакциите на другите към тях. Юношата има нуждата временно да е някой друг, за да разбере какво е самия той.

Юношеските групи





Три типа проблемно поведение при юношите:

- Нормално – всички юноши го правят като част от развитието си – тестват граници, доказват, че не са страхливци, да разберат какво е чувството;
- Невротично – поради различни психологически и емоционални проблеми;
- Психопатично – закоравелите престъпници; антисоциални, безчувствени, неспособни да изпитват вина, отговорност към другите

Проблемното поведение като проблем в отношенията в семейството и средата

- Два начина за обяснение:
 - През negliжирането и лишението (от любов, сигурност, грижа и чувство за принадлежност);
 - През травмата, преживяна в детството ;

И двете се случват в семейството и са част от отношенията с родителите



Неглижиране и лишение

- Нормалното дете не е послушното дете. Ако е сигурно в родителите си и в семейството, то непрекъснато експериментира, подлага на проверка всички правила, изпитва собствените си сили, включително и агресията си и способността си да причинява болка.
- **Ако домът и родителите са в състояние да устоят на това, детето се задоволява с играта и се научава кое е допустимо и кое не – възприема рамката. Удържането е доказателство за любов.**

Неглижиране и лишение

- Илюзия е, че ако юношата открие, че няма рамка (провал на дома и родителите, липсата на поставени или неустойчиви ограничения), той се чувства свободно.
- Юношата губи чувство на принадлежност, става тревожен и ако има надежда продължава да търси рамката, границите на допустимото навън т.е. продължава да експериментира извън дома. Търси външна стабилност.
- Проблемния юноша е търсещ сигурност и стабилност.
- По един несъзнаван и наивен начин проблемното поведение въплъщава надеждата за партньорство и за контакт, за чувство на принадлежност. Надеждата е провалът в отношенията с родителите да бъде поправен.

Травма, преживяна в детството

- Ако насилието се случва в детството, тогава говорим за т.нар. “промиване на мозъци” или за “**духовно убийство**”.
- Духовното убийство се свързва с травматични преживявания, които са толкова силни, че психичния апарат не може да се справи и активира определени защитни механизми, за да оцелее.
- Духовното убийство е убийство на способността да обичаш и да се доверяваш. То се осъществява в ситуация на зависимост и интимност – каквито са отношенията родител - дете.
- Няколко изолирани актове на злоупотреба (на грешки) от страна на родителите не могат да бъдат наречени духовно убийство. Духовно убийство има при **повтаряемост и хронифициране**

Травма, преживяна в детството

- Не само физическото насилие го предизвиква, а и системното обезценяване, системното лишение от способността да проявяваш индивидуалност, воля, системното лишение от радост и удоволствие – това по незабележим начин убива душата на човек.
- Ако жертвата е под пълната власт на своя мъчител (както е с децата и родителите) тогава тя може да се обърне за помощ единствено и само към него. Тогава насилието се възприема като справедливо – за да се възстанови доброто. Налага се детето да оправдае насилническия акт, приемайки, че то самото е лошо и че заслужава проявата на насилие. Объркват се категориите да добро и зло. Постепенно детето започва да се идентифицира със своя мъчител и имитира или повтаря неговото поведение т.е. агресивното, насилническо поведение се оценява като правилно и единствено възможно.
- Резултатът е масивна травма и блокиране на нормалното емоционално и морално развитие.

Проблемно поведение при юношите и отношенията в семейството

- **Юношеството е време на загуба на инфантилните връзки на зависимост от родителите, на привилегиите на детството и придобиване на сексуалност, социална активност, интелектуална, физическа и емоционална сила.**
- Доброто родителстване през този период е от изключително значение. Ако родителите са твърде отдалечени, дистанцирани, емоционално откъснати и недостъпни за подходящ контакт с ранния юноша, („оставил съм го да прави каквото иска, не мога да се оправя с него“) или, обратното искат да продължат до безкрай старите, инфантилни връзки („въобще не може да се справи сам, ще отида с него, ще го направя вместо него“), то тогава юношата може да прибегне до отчаяни мерки, като да се остави да бъде заловен за делинквентна постъпка, за да въвлече външна институция в процеса на отделяне.



Проблемно поведение през юношеството и сексуалното напрежение

- През юношеството, там където има проблемно поведение има сексуален проблем.
- Началото на половия живот е възрастовия пик на юношеската делинквентност.
- Това е обяснимо, ако изхождаме от идеята, че проблемното поведение е отговор на провал в ранните отношения с родителите на обичане и доверие. Това води до свързване, смесване, объркване или неспособност за различаване на любовта и враждебността.
- Проблемното поведение може да бъде израз на тази криво разбрана любов и в резултат смесван с еротичната възбуда при извършването му. Често то е смесица от сексуалност (възбуда) и агресия – опасно каране на коли напр.

Проблемно поведение през юношеството и сексуалното напрежение

- Сексуалния акт става делинквентен - предпочита се секс, който е “откраднат”.
- Делинквентния акт може да бъде обяснен и с преодоляване на сексуалното напрежение. **Бандите** чрез арогантното си поведение прикриват чувството за сексуална неадекватност на момчетата; те се обединяват и от споделените си хомосексуални тревожности. Бандата обединява по един хомосексуален начин юношите от мъжки пол под маската на хетеросексуално доказване и единство.
- Бандата произтича от разочарованието относно чувството за принадлежност, получено от родителските фигури, авторитетите и самото общество, както и потребността да се действа в една структура, която не поддържа социалните критерии, които те карат да се чувстваш провален и отхвърлен.

Проблемното поведение при юношите и напрежението от развитието

- Юношеството е и възрастта на засилените агресивни импулси. Съчетанието от наплива на агресивни чувства и импулси и физически растеж водят до потребност от физическа активност. Нормалните юноши изразходват агресията си в спортуване или танцуване в дискотеки, например. Но юношеството е и възрастта на бунта и има голям риск агресията да стане израз на недоволството от минали взаимоотношения – отмъстителност във връзките с родители и други авторитети.
- Има и здрава агресия, която е част от подготвянето за зрелостта. Тя е свързана с решаване на конфликти и добиване житейски на умения:
 - доминиране/ зависимост,
 - активност/ пасивност,
 - възрастен/ дете,
 - мъж/ жена,
 - силен/ слаб

Проблемното поведение при юношите и напрежението от развитието

- Насилието е опит да се облекчат болките и да се разрешат проблемите от миналото. Все пак юношите са в разцвета на физическата си сила и издръжливост.
- Отбелязва се увеличаване на насилието от ранното към късното юношество (изнудването на хомосексуалисти за пари става изнудване и пребиване; обир в чужд дом става обир с рушене и насилие)
- В късното юношество социалните изисквания нарастват: кариера, образование, осигуряване на доходи, отговорност за другите и себе си (емоционално и пред закона). Ако тези социални реквизити не са овладени, физическата сила изглежда приемлива форма за справяне с повишената тревожност и с несигурността във външния свят.

Проблемното поведение при юношите и напрежението от развитието

- Юношеството е период на объркана и изграждаща се **идентичност**. Много делинквентни актове имат за цел „доказването“ – др. форма на търсене на идентичност, най-вече сексуалност и мъжественост (чрез насилие, пиене, наркотици).
- Юношеството е време на **вариации и крайности**. Много делинквентни постъпки се извършват в най-високите или най-ниските точки на настроението (когато емоционалните импулси са свръх възбуждащи или депресията е така дълбока, че има нужда да бъде облекчена, например с наркотици).



