

MODULUL 1

Dezvoltarea adolescentului

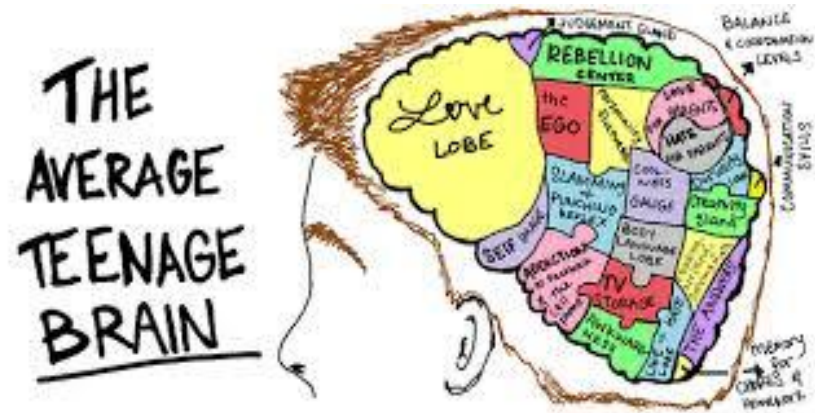
Mai degrabă decât a privi adolescența ca o etapă de dezvoltare, ea poate fi definită ca o punte între două etape, copilărie și maturitate.

(Rather than adolescence being viewed as a developmental stage, adolescence can be conceptualized as being a bridge between two stages, childhood and adulthood.)

(Neufeld, 2007).

Adolescența

- Dezvoltare rapidă
- Interacțiune între factori fizici, psihologici și de mediu
- Sisteme ce se dezvoltă în timp, gradat (Dahl, 2004)
 - Pubertate
 - Dezvoltare fizică
 - Dezvoltare cognitivă
 - Reglare comportamentală și emoțională
- Importanța înțelegerii interacțiunii dintre sisteme
- Tranzițiile apar secvențial, dar nu neapărat în același timp.



Portretul adolescentului- activitate

- *Pornind de la experiența dumneavoastră în lucrul cu adolescenții, realizați un profil de dezvoltare al acestora, referindu-vă la dimensiuni fizice, cognitive, emoționale, comportamentale.*

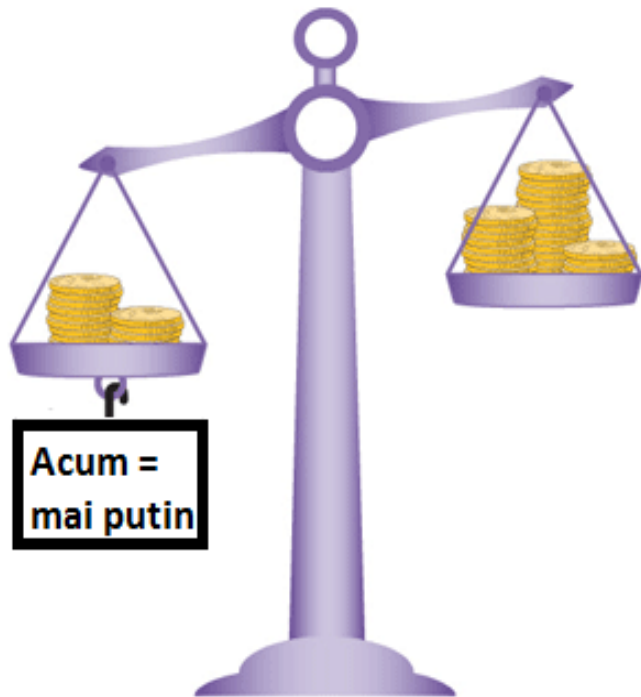


Dezvoltare fizică

- Pubertatea: Perioada creșterii rapide
- Apar trăsăturile sexuale secundare (sâni, testicule, secreție sebum, pilozitate etc.)
- Schimbări în înălțime și greutate
- Băieții - mușchi; fetele - țesut adipos
- **Schimbări majore la nivelul creierului**
- Fetele se maturizează cu aprox. 2 ani mai devreme decât băieții



Dezvoltarea creierului



- Incapacitatea de a amâna recompensele: doresc să primescă totul foarte repede
- Au probleme în controlul comportamentelor pe care le realizează
- Trăiesc emoții excesive, datorită maturizării creierului

Dezvoltarea creierului (2)

- Secreția de hormoni:
 - Hormonul testosteron - iritabilitate (baieti)
 - Estrogen + testosteron - depresie (fete)
- Iau decizii bazate pe intuiții
- Monitorizarea erorii- deficitară: luarea deciziilor, vulnerabilitate la risc
- Nevoie crescută de somn: 9 1/2 ore
- Nevoia de a se încadra în aceleași “dimensiuni” ca ceilalți
- Se simt ciudat să arate afecțiune părintelui de sex opus
- Întrebări mai frecvente despre sex

Dezvoltarea cognitivă

- Perfecționarea abilităților de a gândi rațional și logic
- Dezvoltarea abilităților de gândire abstractă
- Dezvoltarea metacogniției (emoții, gândire, acțiune)
- Egocentrism vs. orientare spre ceilalți
- Raționament moral (spiritualitate)
- *Hot cognition*- scopuri personale și stări emoționale – situații sociale și de risc

Dezvoltare socio-emoțională și a identității

- Intensitate emoțională crescută
- Influența grupului de co-vârșnici
- Dorință de autonomie (în decizii, în relații)
- Conștientizarea sinelui
- Conștientizare socială
- Autoreglare- deficitară la început, apoi sporesc abilitățile de autoreglare



Dezvoltarea socio-emoțională și a identității

- Abilitatea de a comunica cu alții pentru a construi noi relații de prietenie
- “audiență imaginată”- consideră că toată lumea e atentă la comportamentele lor
- “fabula personală”(nu mi se poate întâmpla mie)
- Intimitate și sexualitate

Conceptul de sine și stima de sine

Se formează prin:

- Câștigarea independenței
- Câștigarea simțului de competență într-un domeniu sau mai multe
- Stabilirea statutului social
- Experențierea intimității
- Determinarea identității sexuale



Activitate: Recomandări de lucru cu adolescenții



Comportamente ale adulților care contribuie la trecerea armonioasă prin pubertate

- ✓ Încurajarea adolescenților care se dezvoltă mai timpuriu să se angreneze în relații de prietenie cu covârșnicii și să evite găștile cu adolescenți mai mari.
- ✓ Înțelegerea faptului că, deși fizic adolescenții sunt maturi, acest lucru nu înseamnă că ei gândesc și acționează ca adulți.
- ✓ Familiarizarea adolescenților cu aspectele legate de biologie și reproducere.
- ✓ Abordarea cu maximă seriozitate a îngrijorărilor cu privire la aspectele fizice
- ✓ Încurajarea adolescentului să își exprime emoțiile, temerile legate de aspectul fizic

Comportamente ale adulților care arată înțelegerea noilor abilități de gândire ale adolescenților

- ✓ Răbdare, atunci când adolescenții își testează nou-formatele abilități de raționament
- ✓ Încurajarea dezbaterilor sănătoase, bazate pe respect și stabilirea limitelor de angajare în discuție.
- ✓ Adultul nu trebuie să ia personal critica adolescenților
- ✓ În cazul în care adolescentul nu are un istoric de probleme comportamentale, adultul nu trebuie să se îngrijoreze, dacă face o demonstrație melodramatică.

Comportamente ale adulților care dezvoltă identitatea sănătoasă a adolescenților

- ✓ Acceptarea adolescentului pentru ceea ce este (acceptarea necondiționată)
- ✓ Respectarea diferențelor dintre adolescent și adult
- ✓ Negocierea, împreună cu adolescentul, stabilirea limitelor, explicarea rațiunii proprii
- ✓ Practicarea consistenței regulilor
- ✓ Încurajarea exprimării sinelui adolescentului.
- ✓ Considerarea punctelor de vedere ale adolescentului în discuții

