

A large bonfire is burning brightly in the center of the frame, with a thick plume of orange and yellow sparks rising vertically into a dark blue night sky. The fire is built from a pile of logs and branches. In the background, the dark silhouettes of evergreen trees are visible against the twilight sky.

1 KAFLI **FRÁ BERNSKU TIL UNGLINGSÁRA**

EFNISYFIRLIT

Grunnhugtök

- Unglingsárin - tímabil vaxtar og persónulegra framfara
- Lengd og einkenni unglingsáranna eru mismunandi milli einstaklinga
- Gelgjuskeiðið markar upphaf unglingsáranna

Helstu þroskaverkefni á aldrinum 13 til 15 ára

- Að móta líkamsvitundina
- Að efla sjálfstraustið
- Að staðfesta kynhlutverkið
- Að efla nýjan hugsunarhátt
- Að læra að takast á við tilfinningasveiflur
- Að læra að setja sig í spor annarra og setja sér reglur sem eru almennt viðurkenndar
- Að hefja leitina að eigin sjálfsmynd, aðlagast samfélaginu nær og fjær og setja sér lífsmarkmið



Stutt lýsing á persónuleika stráka og stelpna

- Nýr líkami
- Hugmyndir í mótun
- Eigið gildismat
- Mótsagnakenndar tilfinningar
- Lífstíðarvinir
- Persónuleg trú

Önnur mikilvæg atriði

- Skipta má fyrsta skeiði unglingsáranna í tvö aldursbil: 10 til 12 ára og 13 til 15 ára
- Strákar og stelpur eru eins en samt ólík
- Jafnréttisfræðsla þar sem tekið er tillit til kynjamismunar
- Hver stelpa og hver strákur á sér sína eigin sögu og lífsáform

Unglingsárin - tímabil vaxtar og persónulegra framfara

Almennt skilgreinum við unglingsárin sem það tímabil í lífinu þegar líkamlegar breytingar kynþroskaaldursins hefjast og þau enda er við komumst á fullorðinsaldurinn.

Fyrir um það bil tvö hundruð árum var tímabilið sem í dag er nefnt unglingsár ekki til eða leið hjá án þess að nokkur gæfi því gaum. Eina aðgreiningin var milli „barna“ og „fullorðinna“. Við fermingu urðu börn „fullorðin“ en það sem raunverulega markar skil á þessu tímabili er kynþroski einstaklings.



Unglingsárin sem fela í sér kyn- og félagslegan þroska einstaklingsins, hafa verið staðfest af sífellt flóknara samfélagi. Eftir því sem samfélagsgerðin þróaðist, jókst þörf fyrir sérhæfðara vinnuafli sem aftur ýtti undir framfarir í skólamálu. Með tímanum var barnaprælkun aflögð og jukust þá lífslíkur fólks. Breytt samfélag hafa einnig með tímanum viðurkennt unglingsárin sem mikilvægt þroskaskeið.

- Unglingsárin voru lengi vel skilgreind sem „umbreyting“ - stutt skref á leiðinni frá bernsku til fullorðinsára, sem einkenndist helst af eirðarleysi og óstöðugleika. Var algengt að vísa til unglingsáranna sem óróleikatímabils er einkenndist af tilfinningalegu ójafnvægi og mótþróa.
- Með aukinni þekkingu hefur skilningur á því hvernig unglingar upplifa þennan þroskaferil breyst mjög. Nú er lítið á unglingsárin sem tímabil þróttmikils vaxtar og framfara sem einkennast ekki eingöngu af líffræðilegum breytingum heldur einnig af huglægum og félagslegum þroska sem stuðlar að mótun hins fullorðna einstaklings, konu eða karls.
- Unglingsárin eru svo miklu meira en erfið vandamál. Þetta tímabil milli æsku og fullorðinsára er fullt af spennandi tækifærum sem mikilvægt er að grípa og upplifa til fullnustu. Unglingsárin bjóða upp á svo mörg tækifæri til virkrar þátttöku einstaklings í lífinu að það má ekki eingöngu líta á þau sem skref í áttina að næsta stigi. Virða verður unglunga á þeirra eigin forsendum í stað þess að líta á þá sem einhverja sem voru börn eða eru að verða fullorðin.
- Uppreisnargirnin sem tileinkuð er unglingum er einungis metin út frá sjónarhorni fullorðinna. Í rauninni er þessi svokallaða uppreisnargirni ekki annað en yfirlýsing unglingsins um að hann sé sjálfstæður einstaklingur og hún er ómissandi þáttur í því að móta og byggja upp persónuleika hans.

Helstu þroskaverkefni unglingsáranna, sem ná yfir allt tímabilið frá kynþroskaaldri þar til einstaklingurinn kemst á fullorðinsár, eru eftirfarandi:

- Að öðlast kynþroska, með öllu sem því fylgir, ekki einungis líkamlega.
- Að styrkja sjálfsmyndina.
- Að hugleiða eigin lífsmarkmið.

Við getum sagt að unglingsárin byrji á sviði líffræðinnar og endi í menningarheiminum. Þau byrja með sýnilegum líkamsbreytingum sem gefa vísbendingar um líffræðilega karlmennsku eða kvenleika. Þegar líður á unglingsárin hefur einstaklingur þroskað hugsunarhátt sinn og það gerir hann færari um að skilja lífið í víðara samhengi. Í framhaldi af því vaknar löngun til sjálfstæðis og að vera sjálfum sér samkvæmur. Þessu ferli lýkur þegar einstaklingurinn fær hlutdeild í samfélagi hinna fullorönu með framtíðarmarkmið í farteskinu, eða að minnsta kosti sannfæringu um að hann þurfi að taka ákvarðanir í lífinu og sé fær um það.

Lengd og einkenni unglingsáranna eru mismunandi milli einstaklinga

Þó að gelgjuskeiðið sé almennt talið hefjast á aldrinum 10 til 13 ára og ljúki um 20 ára aldurinn, er mjög misjafnt hvenær tímabilið hefst og hvenær því lýkur í einstökum tilvikum. Í grundvallaratriðum veltur það á eðlislægum eiginleikum hvers og eins, persónuleika og þeim félags- og menningarlegu aðstæðum sem viðkomandi býr við.



Unglingsárin eru langt tímabil í lífi einstaklings. Nútímasamfélagið gerir sífelld meiri kröfur til unglunga sem þeir eiga stöðugt erfiðara með að uppfylla. Þessi langi tími gerir það að verkum að unglungum hættir til að verða hikandi og mótsagnakenndir, ná framförum og lenda í bakslögum. Slíkt getur reynst erfitt en um leið nauðsynlegt í leit unglings að eigin sjálfsmynd og tilgangi í lífinu.

Einkenni unglingsáranna eru hvorki eitthvað sem er fast í hendi né óbreytanlegt. Það fer eftir persónueinkennum hvers og eins, samfélagsaðstæðum og síðast en ekki síst því hvernig ungmennið þroskaðist sálar- og félagslega á yngri árum hvernig það upplifir tímabilið. Lífsgæði í bernsku hafa mikil áhrif á reynslu einstaklingsins á unglingsárunum.

Gelgjuskeiðið markar upphaf unglingsáranna

Gelgjuskeiðið hefst ekki á fyrirfram ákveðnum aldri og það er ekki til áreiðanleg skilgreining á þessum fyrsta hluta unglingsáranna. Líkamsstarfsemin og persónuleikinn eru að taka breytingum og þetta gerist á ólíkum aldri og á mismunandi hraða. Líta ber á þetta skeið sem persónulegan þroska og þroskasögu frekar en tiltekið aldurs skeið þar sem atburðir eiga sér stað í fyrirfram ákveðinni tímaröð.

Almennt talað má segja að kynþroski hefst um 10 til 12 ára aldurinn hjá stúlkum og 11 til 13 ára aldurinn hjá drengjum.



Þegar ákveðnir hormónar í heiladinglinum verða virkir fara egg að þroskast þannig að egglos verður reglulega hjá stúlkum og líkami drengja byrjar að framleiða sáðfrumur. Á sama tíma koma í ljós breytingar á hæð, þyngd, líkamshlutföllum, styrk, vöðvum og hreyfifærni.

Fyrstu kynbundnu einkennin vísa til kynfæranna sem beitt er við samfarir og æxlun. Í bernsku eru þessi líffæri óþroskaðri en önnur líffærakerfi. Á kynþroskaaldrinum byrjar getnaðarlímurinn, eistun, legið, leggöngin, snípurinn, ásamt ytri og innri skapabörnum, að vaxa.

Getnaður getur ekki átt sér stað samtímis því að stúlkur byrja á blæðingum eða þegar drengir fá sáðlát í fyrsta skipti, sem gerist mjög snemma á kynþroskaskeiðinu. Þó er hægt að geta barn áður en líkamlegum þroska er náð, sem er ein af ástæðunum fyrir því að meðganga unglingsstúlkna er álitin alvarleg áhætta fyrir bæði móður og barn.

Annað stig kynbundinna einkenna vísar á þær breytingar á líkamanum sem gefa til kynna líffræðileg karl- og kveneinkenni. Hár vex kringum kynfæri og undir höndum á báðum kynjum, í meira magni hjá drengjum. Á drengjum vex einnig hár á bringu og í andliti. Stækkun brjósta á stúlkum er oft fyrsta vísbendingin um kynþroska. Barkakýlið þroskast hjá báðum kynjum milli 14 og 15 ára aldurs. Slíkt orsakar breytingar á röddinni sem er meira áberandi hjá drengjum.

Fitu- og svitakirtlar þroskast einnig. Svitakirtlarnir orsaka lyktareinkenni hjá unglungum þegar þeir svitna undir höndum. Fitukirtlarnir orsaka filapensla vegna uppsöfnunar á oliukenndri útferð og óhreinindum, sem getur myndað bólur ef svitaholur eru stíflaðar eða verða fyrir sýkingu. Hüðin byrjar að mynda litarefni, þannig að ákveðin líkamssvæði verða dekkri, t.d. geirvörtur og kynfæri.

Beinin lengjast og vöðvar stælast, en þetta gerist á mismunandi hraða. Stúlkur taka yfirleitt fyrr út vöxt, en um 15 ára aldurinn fara drengir yfirleitt fram úr þeim hvað hæð varðar. Beinvöxtur og þyngdaraukning verður á víxl.

HELSTU ÞROSKAVERKEFNI Á ALDRINUM 13 TIL 15 ÁRA

Að móta líkamsvitundina

Líkamlegar breytingar eru greinilegasta umbreytingin sem unglingar upplifa á aldrinum 10 til 15 ára. Líkamsvitund þeirra, sem er huglæg mynd er við höfum af okkar eigin líkama, riðlast vegna þessara breytinga.

Í æsku verða breytingar samfelldar, skref fyrir skref þannig að börn geta auðveldlega tengt þær eigin líkamsvitund jafn óðum. Á kynþroskaaldrinum eiga sér stað hraðar og miklar breytingar sem unglingurinn á erfitt með að samlagast og hann á einnig í vandræðum með að viðhalda jafnvægi og þekkingu á eigin líkama.

Að efla sjálfstraustið

Líkamlegar breytingar fylgja óreglulegu mynstri. Þar sem líkamsvitundin byggir ekki á hlutlægu mati, heldur huglægum gildum, hafa þessar óreglulegu breytingar mikil áhrif á sjálfsmynd drengja og stúlkna og þar af leiðandi á sjálfsálitið.

Því má bæta við að í æsku byggir sjálfsmyndin næstum alfarið á því hvað fjölskyldumeðlimir eða aðrir fullorðnir áhrifavaldar segja, en nú veltur það á eigin reynslu og skoðunum jafnaldranna. Það leiðir til óöryggis og löngunar til að öðlast félags- og tilfinningalega viðurkenningu félaganna og annarra sem unglingurinn umgengst.

Að staðfesta kynhlutverkið

Líkamsbreytingarnar eru tengdar kynþroskaferlinu. Í æsku var kynferðið nánast bara leikur. Það birtist aðallega sem forvitni og sjálfsörvun einstaklingnum sjálfum til ánægju. Þegar kynhvötin brýst fram á gelgjuskeiðinu, gera vandamál tengd kynlífi og ást vart við sig og spennu safnast upp.

Spurningin er, hvort og hvernig unglingsnum tekst að losa um þessa spennu? Það fer vissulega eftir því hversu sterkar hvatirnar eru, hvernig hann metur hvað er eðlilegt og hvort nánasta umhverfi auðveldar honum það eða bannar. Það veltur einnig á því gildismati sem mótar persónu-leikann, sjálfsstjórn sem og bakgrunni og lífsskilyrðum.

Á þessu tímabili leiðir kynþroskinn smám saman til þess að viðeigandi staðfesting fæst á kynhlutverkinu. Það veltur á sterkri og jákvæðri samsömun við föður- eða móðurímynd – hvort sem það foreldri er af sama kyni eða staðgengill, einnig af ánægjulegri reynslu með hinu kyninu og samsömun við aðra unglunga af sama kyni. Þetta er tímabil þegar drengir verða nánari feðrum sínum og vinum af sama kyni og stúlkur mæðrum sínum og vinkonum. Það er ekki fyrr en eftir 13 ára aldur sem unglingar byrja að mynda tengsl og vinskap við jafnaldra af hinu kyninu; í fyrstu af og til og síðar mun oftar. Þetta er sérstaklega mikilvægt að hafa í huga varðandi blandaða eða kynjaskipta skátaflokkka, eins og síðar verður vikið að.



Að efla nýjan hugsunarhátt

Vitsmunaleg umbreyting á sér stað á kynþroskaskeiðinu. Nýr hugsunarháttur leiðir til víðtækari og heildstæðari skilnings á umhverfi. Formlegur skilningur á því að draga almennar ályktanir og hugsa óhlutlægt þroskast smám saman og eftir því sem unglungarnir öðlast meiri reynslu og æfingu verða þeir þjálfaðri í að draga rökréttar ályktanir og átta sig á orsakasamhengi. „Það gerir þeim kleift að skilja betur og samræma óhlutkenndar hugmyndir, velta fyrir sér möguleikum, prófa tilgátur, hugsa fram í tímann, hugsa um hugsun, og varpa fram heimspekilegum tilgátum.“

(Raising Teens: A Synthesis of Research and a Foundation for Action, A. Rae Simpson, PhD, Center for Health Communication, Harvard School of Public Health, Boston, 2001).

Sjö ára barn leikur sér að eldspýtum án þess að staldra við og velta fyrir sér að það gæti valdið eldsvoða. Barn á þessum aldri er ekki fært um að sjá orsakasamhengi og þar af leiðandi getur það ekki séð afleiðingarnar fyrir. Tölf ára barn hefur skilning á táknrænni framsetningu, getur séð fyrir sér aðstæður sem ekki eru orðnar að veruleika og veit að það gæti kviknað í húsinu við vissar aðstæður þótt enginn eldur sé laus þegar það dregur þessa ályktun.

Ef hópur barna á aldrinum sjö til níu ára er að leik við götu og boltinn þeirra rúllar yfir götuna, munu þau reyna að ná honum hvað sem það kostar, án þess að gera sér grein fyrir áhættunni sem í því felst. Krakkar á aldrinum 11 til 13 ára í sömu aðstæðum eru fær um að meta tíma og rúm, fjarlægð og dýpt og geta þess vegna metið áhættuna sem felst í því að endurheimta boltann. Engu að síður öðlast börn þessa færni stig af stigi, þannig að við megum ekki gera ráð fyrir að börn á þessum aldri séu í aðstöðu til að meta alla áhættu sem þau standa frammi fyrir.



Sjö ára barn í badminton mun líklega gera lítið annað en að svara þeim skotum sem það fær og reyna að koma fjaðurboltanum aftur yfir netið. Frá um það bil ellefu ára aldri fer það að meðtaka formlegar leikreglur. Með því að fara eftir þeim og fylgjast með stíl mótsplarans mun það greina leikmynstrið sem og mistök og fer að geta notað útsjónarsemi í leiknum. Barnið hefur lært að nálgast leikinn á óhlutbundinn hátt, draga almennar ályktanir, skilja orsök og afleiðingu eða mynda óformleg hugsanatengsl og gefur þess vegna betri svörum í leiknum.

Þessi dæmi hjálpa okkur að skilja að nokkuð svipað á sér stað í sambandi við óhlutbundin hugtök og gildi. Þetta er ástæðan fyrir því að unglingar koma oft með ófyrirséð og úthugsuð svör sem geta komið foreldrum og kennurum úr jafnvægi. Það má líkja þessu við að barnið í badmintonleiknum hér að ofan kæmi okkur á óvart með frábæru skoti í miðjum tíðindalitlem leik.

Að læra að takast á við tilfinningasveiflur

Unglingsárin einkennast einnig af tilfinningasveiflum, sem eru afleiðing af hormónabreytingum og hugarástandi. Á þessu tímabili eru unglingar áttavilltir og vilja vera fullorðnir og sjálfstæðir en þrá samt öryggið og hlýjuna sem fylgdi barnæskunni. Fyrir kemur að unglingurinn verður gripinn mikilli framtakssemi sem hættir svo skyndilega vegna sinnuleysis, leti og depurðar. Ólýsanleg gleði getur á andartaki breyst í trega og tár. Þetta er tímabil þegar kynhvötin er að vakna hjá unglingunum sem nota mikinn tíma í að hugsa um útlitið. Þessi tími veldur þeim einnig áhyggjum og forvitni, áður en þeir uppgötva að svipað ferli er í gangi hjá hinu kyninu.

Unglingar á þessum aldri taka ýmis hliðarspor á þroskaferlinum áður en þeir verða fullorðið fólk. Barnalegar hvatir og þarfir skjóta upp kollinum á tímabilinu og eru til staðar ásamt löngun til að festa sér nýjan sess í lífinu. Það er mikilvægt að sýna þolinmæði, sérstaklega af hálfu fullorðinna sem eiga í samskiptum við unglingana. Þeim fullorðnu hættir stundum til að fara stystu leiðina í leit að svörum og mistekst þá að vera samkvæmir sjálfum sér í samskiptum við unglinginn. Eina stundina segja þeir „þú ert ekki barn lengur“ og hina stundina er unglingurinn minntur á að hann er ekki orðinn fullorðinn. Þetta getur auðveldlega valdið áhyggjum og hvatt ungmenni til að leita ótímabærra lausna á þeirri eðlilegu spennu sem einkennir tímabilið. Samt sem áður geta áhyggjur verið jákvæðar, örvað námsáhuga, framkvæmdasemi og aukið væntingar.

Óstöðugleiki og mótsagnir okkar fullorðna fólksins endurspeglast í hugsunum okkar og unglingarnir sjá þetta í skýrara ljósi nú en þeir gerðu í æsku. Þetta eykur óvissuna og áhyggjurnar sem þeir upplifa í viðleitni sinni til að túlka og eiga samskipti við umhverfi sitt á samræmdan hátt. Þetta veldur því að unglingarnir eiga það til að líkja eftir fullorðnum sem þeir telja að hafi skýrt og vel skilgreint gildismat.

Að læra að setja sig í spor annarra og setja sér reglur sem eru almennt viðurkenndar

Unglingar læra smám saman að móta og tileinka sér flóknari yfirsýn eftir að hafa lært að setja sig í annarra manna spor. Þessi nýja geta auðveldar þeim að skilja mannleg samskipti og hjálpar þeim við að leysa vandamál og ágreining sem kemur upp í samskiptum þeirra við aðra.



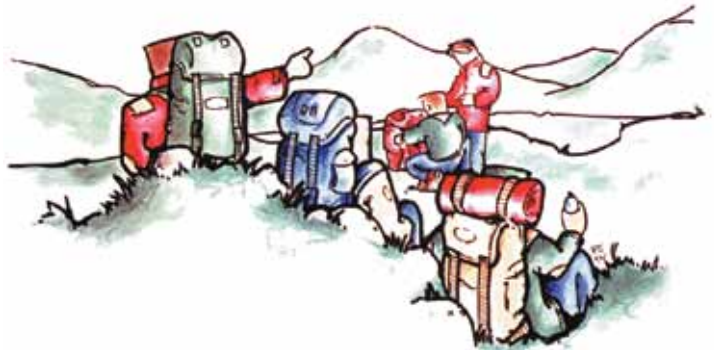
Þessi nýja færni endurspeglast einnig í breytingunni frá einhliða virðingu fyrir reglum sem fullorðnir hafa sett, í virðingu fyrir reglum sem unglíngarnir hafa sjálfir komist að samkomulagi um við jafnaldra sína. Þetta er ástæðan fyrir því að unglíngar á þessum aldri hafa þörf fyrir svigrúm til að setja spurningarmerki við og jafnvel hafna þeim reglum sem fullorðnir hafa sett, þannig að þeir geti endursamið þær eða samið nýjar og gert að sínum. Rætt verður nánar um þetta í 6. kafla, þegar fjallað er um skátalögin og mótun reglna fyrir ungmenni.

Að hefja leitina að eigin sjálfsmynd, aðlagast samfélaginu nær og fjær og setja sér lífsmarkmið

Geta unglínganna til að ígrunda, endurskoða hvernig þeir sjálfir hugsa og hvernig aðrir hugsa, verður til þess að þeir spyrja spurninga varðandi þau sjónarmið sem þeir kynntust í æsku og voru aðallega mótuð innan fjölskyldunnar. Þetta eru fyrstu vísbendingarnar um að verið sé að taka skrefið frá því að vera barn sem er öðrum háð, í áttina að því að fullorðnast og verða sjálfstæður einstaklingur. Þessar vísbendingar aukast eftir því sem líður á unglíngsárin.

Tækifæri til athafna og virðing fyrir öðrum styðst í auknum mæli við sjónarmið aðila utan fjölskyldunnar. Oft myndast ágreiningur milli fortíðar og framtíðar eins og gerist á öðrum stigum lífsins. Skoðanir jafnaldra fara að hafa meira vægi en sjónarmið fjölskyldumeðlima og annarra fullorðinna.

Breytingar á líkama og hugsunarhætti efla ungmenni í að aðlagast félagslega á nýjan hátt. Þau byrja að endurmóta eigin sjálfsmynd með því að sameina sjálfsmynd barnæskunnar við nýjar hvatir og hæfileika, á sama tíma og þau gera tilraun til að byggja sig upp til framtíðar.



Mótun sjálfsmýndar lýkur samt hvorki á gelgjuskeiðinu né á unglingsárunum, hún heldur áfram að mótast fram á fullorðinsár. Á þessu tímabili láta drengir og stúlkur í ljós löngun sína um að vera ekki álitin börn sem eru öðrum háð, heldur einstaklingar sem hafa hæfileika til að leggja sitt af mörkum á marga vegu, bæði gagnvart eigin lífi og hinna fullorðnu sem þau eiga í samskiptum við á grundvelli eigin sjálfsvitundar.



Stelpur og strákar mynda ný tengsl út á við og leita eftir tækifærum til að tjá sig á víðari félagslegum vettvangi en þeim sem tengdur er fjölskyldunni. Samt sem áður mun hinn félagslegi vettvangur ekki ljúkast upp á þessu aldurstigi í þeim víddum, efasemdum og áhyggjum sem hann mun gera síðar á unglingsárunum.

Strákar og stelpur munu á þessu tímabili taka fyrstu skrefin frá þeim lífsstíl og lífsáformum sem tilheyra fjölskyldumynstrinu í átt að mótun eigin lífsmarkmiða. Sjálfsmýnd þeirra er þó enn í mótun og það er ekki fyrr en á síðari stigum að þau sjá lífssýn sína í skíru ljósi og láta reyna á hana í verki.

Við fjöllum aftur um þroskasviðin í 9. kafla, þegar áfangamarkmiðin fyrir þennan aldurshóp eru skoðuð. Það er samt alveg þess virði að rýna nánar í allar þessar upplýsingar til að virkja ungmennin og sérstaklega til að meta persónulegan þroska þeirra. Góð lesning um þroska-sálfræði gagnast vel til að útvíkka og byggja á þeim upplýsingum sem hér hafa komið fram.



STUTT LÝSING Á PERSÓNULEIKA STRÁKA OG STELPNA

Þessi kafli fjallar um nokkur almenn atriði varðandi mismunandi þroskapætti hjá strákum og stelpum á þessu aldurskeiði.

Nýr líkami

Daglega uppgötva stelpur og strákar eigin líkama á nýjan hátt. Það er eitthvað að gerast í líkamanum sem setur þau úr jafnvægi, en það hvetur þau einnig til að kanna hann til hlítar. Breytingarnar á líkamanum opinbera fegurð, gera þau feimin; ekkert samræmi er þar lengur, annað hvort of litlar eða of miklar breytingar. Þær valda gleði eða sorg, sárindum og vellíðan, en eru hluti af því að verða fullorð-inn, karl eða kona.

Þau virðast síþreytt og lifna helst við ef þau heyra minnst á mat. Snyrtimennska er ekki þeirra sterka hlið. Þau fá oft áhuga á tónlist og íþróttum. Þau hafa áhyggjur af útlitinu, fötin passa ekki á þau og þeim líkar ekki við þann fatnað sem þó er mátulegur. Dagurinn er of stuttur til að þau geti gert allt sem þau langar til og of lengi að líða þegar lítið er um að vera.

Allt er að breytast, vaxa og þróast; svo mikið að þau eiga fullt í fangi með að átta sig á eigin tilveru.

Hugmyndir í mótun

Sjóndeildarhringurinn er að víkka og einnig að breytast. Nýjar hugmyndir og hugtök verða til sem þurfa ekki endilega að vera í tengslum við raunveruleikann. Hugmyndir öðlast eigið líf og geta jafnvel skapað nýjan hugmyndaheim ef þær eru sameinaðar. Þessi hugmyndaheimur verður smátt og smátt mikilvægari en hinn raunverulegi, hagnýti og áþreifanlegi. Það getur stundum verið erfitt að fá unglingana til að „koma niður á jörðina“. Þeir eiga jafnvel erfitt með að koma eigin tilfinningum og hugsunum í orð. Spurningum sem unglिंगarnir voru vanir að



spyrja opinskátt er nú beint inn á við. „Hver er ég? „Hvernig er ég eiginlega?“ Þetta eru spurningar sem verður ekki svarað til fulls á unglingsárunum, jafnvel ekki á næstu árum, en verða þó til þess að unglíngarnir setja spurningarmerki við allt, sérstaklega þætti sem þeir voru vanir að líta á sem óhagganlegan sannleika.

Eigið gildismat



Spurningin um hvað er rétt og rangt leiðir til efasemda og spurninga. Unglingar kryfja hlutina til mergjar, þeir eru gagnrýnir og skapandi, hvika þó auðveldlega frá eigin hugmyndum og byrja upp á nýtt. Á augabragði geta þroskast með þeim miklir hæfileikar til að setja sig í spor annarra og þá er hægt að spyrja spurninga frá sjónarhóli einhvers annars.

Þetta er upphafið að því að koma sér upp eigin hegðun-regglum. Þessar reglur byggja ekki lengur á skoðunum fjölskyldunnar – sem eru sjaldan teknar með í reikninginn – en eru þess í stað byggðar á eigin skoðunum og sérstaklega á samræðum við jafnaldra.

Mótsagnakenndar tilfinningar

Hinn innri veruleiki verður sífellt mikilvægari. Unglingar komast oft í uppnám, missa tökin og finna fyrir ójafnvægi, áköfum ástríðum og kenndum; þessar tilfinningar koma í bylgjum sem eru gjarnan í mótsögn hver við aðra og endast oft mun lengur en á æskuárunum. Viðfangsefni þessa tímabils er meðal annars að átta sig á og ná stjórn á þessum tilfinningum.

Þeir elska það að elska og hata það að hata. Þeir eru vinir vina sinna og óvinir óvina sinna. Þetta eru dæmigerðir eiginleikar unglínga sem eru of stórir til að vera börn og of ungir til að vera fullorðnir.

Eina stundina virðast þeir vera barnalegir og hina stundina fullorðinslegir í viðleitni sinni til að uppgötva sjálfa sig og skilgreina eigin sjálfsmynd. Þessi tvíhyggja fær okkur stundum til að missa þolinmæðina gagnvart þeim, en hún er þó merki um að þeir séu að þroskast dag frá degi. Það er mikilvægt að við styðjum við unglíngana á þessu tímabili.

Lífstíðarvinir

Vinir eru til að treysta á og trúa. Unglingar reiða sig á vini sína og leita eftir að endurnýja styrk sinn hjá þeim. Þeir eiga nú færri en nánari vini. Vinahópurinn stendur þétt saman. Unglingar nota vinina bæði sem viðmið og hvata til að þroskast.



Stundum virðist sem fjölskyldan hafi lítinn skilning, for-eldrarnir of nálægir eða of fjarlægir. Unglingunum finnst jafnvel að fjölskyldan hefti frelsi þeirra og krefjist of mikillar ábyrgðar af þeim.

Lífið virðist endalaus togstreita milli innri og ytri veruleika, togstreita milli þess að vera með öðrum eða bara með sjálfum sér.

Unglingarnir eru á sífelldu flökki milli fjölskyldunnar og nærsamfélagsins. Þeir hafa ekki raunverulega hugmynd um hvað felst í hinu víðara samfélagi og eru ennþá ekki farnir að velta því alvarlega fyrir sér.

Persónuleg trú

Umbreytingin frá barnatrúnni, sem flestir hafa öðlast í faðmi fjölskyldunnar, yfir í trú margra fullorðinna sem er persónuleg, nán og í samræmi við eigin gerðir, er ferli sem hefst á þessu þroskaskiði en lýkur síðar – í flestum tilvikum miklu síðar.

Þessi umbreyting einkennist af togstreitu milli stöðugar gagnrýni og endalausrar leitar að merkingu. Unglingurinn reynir að greina á milli þess sem fermingarfræðslan boðar honum, fullorðnir halda fram og kemur utan frá og því sem hann trúir sjálfur og kemur innan frá.

Að átta sig á að þessi umbreyting er mikilvæg fyrir mannlega tilveru er erfitt og langt ferli, bæði fyrir unglinginn og hina fullorðnu sem eru honum nánir.



ÖNNUR MIKILVÆG ATRIÐI

Skipta má fyrsta skeiði unglingsáranna í tvö aldursbil: 10 til 12 ára og 13 til 15 ára

Skipta má 10 til 15 ára ungmennum í tvo aldurshópa, sem grundvallast á skyndilegum kynþroska og upplifun þeirra á honum, hröðum vexti sem fylgir í kjölfarið, hugrænum breytingum sem tengjast líffræðilegum þroska og þeim kröfum sem samfélagið gerir til þeirra í kjölfarið.

Ungmenni sem tilheyra yngri hópnum á þessu þroskastigi, það er 10-12 ára börn, hafa yfirleitt fyrst og fremst áhyggjur af líffræðilegum breytingum á líkama sínum. Þau eiga erfitt með að aðlagast ótrúlega hröðum líkamsþroska og verða oft dul og ómannblendin. Þau verða gjarnan óörugg og hafa þar af leiðandi ekki mikinn áhuga á jafnöldrum af hinu kyninu, leita ekki samveru við þá og reyna jafnvel að forðast þá. Þetta viðhorf breytist um 13 ára aldurinn, er þau aðlagast þessum nýju aðstæðum, styrkja líkamsvitund sína og öðlast sjálfsöryggi. Umskipti verða oft á vinahópnum með auknum þroska, þau fara að umgangast vini í blönduðum hópi í staðinn fyrir vinahóp af sama kyni.

Við verðum að muna hvað líkamsvöxtinn varðar, að vaxtarkippurinn – mikil aukning á hæð og þyngd í kjölfar kynþroskans – á sér stað á mismunandi tímum hjá drengjum og stúlkum.

Hjá stúlkum verður þroskinn að jafnaði hraðari milli 10 og 11 ára aldurs. Þær vaxa hraðast um 12 ára aldurinn og síðan hægist á vextinum við 13 ára aldurinn sem verður þá svipaður og hann var áður en vaxtarkippurinn hófst, þó að þær haldi áfram að stækka jafnt og þétt í nokkur ár í viðbót. Aftur á móti verður vöxtur hjá drengjum hraðari rétt fyrir 13 ára aldurinn og verður hvað hraðastur um 14 ára aldurinn og stuttu síðar fer hann í sama far og áður.

Sú staðreynd að stúlkur ná fullorðinshæð sinni og þyngd um tveimur árum fyrr en drengir leiðir til algengs misskilnings um að stúlkur þroskist hraðar en drengir. Þetta er ekki rétt, þar sem þroskaferlið allt felur í sér einstaklinginn í heild, ekki einungis líkamsþroskann.

Vöxtur vöðva drengja og stúlkna er í samræmi við vöxt beina og er hvað hraðastur rétt eftir að þau hafa náð hámarkshæð. Vöxtur vöðva hjá drengjum er hins vegar hraðari en hjá stúlkum. Heildaraukning á vöðvavef og styrk drengja er einnig meiri en hjá stúlkum, en það eru einkenni sem halda áfram þegar komið er á fullorðinsár. Mikilvægt er að hafa þetta í huga þegar verið er að skipuleggja verkefni og leiki, sérstaklega þegar unnið er með blandaða flokka, sveitir eða félög.

Sálrænar breytingar fylgja í kjölfar kynþroska og líkamlegra breytinga. Þegar ungmenni eru að móta sjálfsmynd sína verða þau meðvituð um eigið sjálf sem eitthvað sem sker sig úr og greinir þau frá öðrum. Þau finna þó fyrir og meta mikils vissa samkvæmni og stöðugleika, bæði gagnvart sjálfum sér og öðrum. Þessi aðlögun á sér stað á sama tíma og kynþroskinn og hinn hraði vöxtur, en þarf lengri tíma þar sem persónuleg sjálfsmynd mótast hægt.

Þó að dregið hafi úr hraða líkamsvaxtar hafa sálrænar þroskaþættir verið meira áberandi á 13-15 ára aldrinum svo sem að verða óháðari fjölskyldunni og treysta á jafningjahópinn sem megin uppsprettu öryggis og félagslegrar stöðu.



Á aldrinum 13-15 ára eykst vitsmunabroskinn sem fylgir líkamlegu breytingunum. Unglingarnir komast enn betur á það stig að geta hugsað óhlutbundið, sem felur í sér að geta velt fyrir sér fullyrðingum sem ekki eru tengdar áþreifanlegum hlutum. Á þessum aldri sýna þeir meiri getu til að móta og prófa tilgátur og hugsa um hvað „gæti gerst“ sem og „hvað er“. Þetta gerir þau hæfari til að ígrunda eigin skoðanir og þau verða skarpari í hugsun. Löngun þeirra til að sýna þessa nýju vitsmunalegu færni kemur fram í vaxandi kaldhæðni, getu til að beita gagnrýnni hugsun og jafnvel í smekk fyrir tvíræðni.

Þessi nýja vitsmunalega geta eykst eftir því sem samfélagið gerir meiri kröfur til 13-15 ára ungmenna, sérstaklega hvað varðar nám, starfsgreinar og aukið sjálfstæði. Þetta breytir smám saman samskiptum þeirra við fullorðna og flytjir fyrir því að þau geti aðlagast jafningjahópnum.

Í skátastarfi á Íslandi tengjast þessir tveir hópar ungmenna sitthvorri starfseiningunni, fálkaskátum 10-12 ára og dróttskátum 13-15 ára.

Þó að lokamarkmið skátastarfsins séu þau sömu eru áfangamarkmiðin fyrir hvorn hóp ólík og taka mið af þroska og sérkennum hvors hóps fyrir sig. Leiðirnar að markmiðunum eru líka ólíkar eins og sjá má annars vegar í starfi fálkaskáta og hins vegar dróttskáta.

Strákar og stelpur eru eins en samt ólík

Eins og að framan er getið setja hormónabreytingarnar, sem hrinda kynþroskanum af stað, mark sitt á ólíka líkams- og hreyfigetu ásamt vaxtarhraða hjá drengjum og stúlkum.



Við getum einnig greint tilfinninga- og vitsmunalegar breytingar sem snerta persónueinkenni, hegðunarmynstur, viðhorf og áhugasvið stráka og stelpna. Hart hefur verið tekist á um hvort þessi mismunur eigi sér rætur í

persónugerðinni, en nú til dags er almennt viðurkennt að hegðunarmynstur karla og kvenna eigi sér rætur í því umhverfi sem þau hafa hlotið menntun og þeim fyrirmyndum sem þau hafa umgengist. Einkenni karlmennsku og kvenleika eru samkvæmt því fyrst og fremst félagslega mótuð eða áunnin.

Hinn sterki menningarlegi uppruni þessa mismunar er mjög tengdur ákveðnum staðalímyndum í samfélaginu. Þótt mikið hafi áunnist í áttina að jöfnum rétti og tækifærum fyrir konur og karla – sérstaklega í orði – eru staðalímyndir ennþá víða til staðar varðandi hvað þykir kvenlegt og hvað karlmannlegt.



Persónuleg þörf fyrir meðvitund um kynbundna sjálfsmynd á þessu tímabili endurspeglast í því að ungmenni sækjast eftir samskiptum við einstaklinga af sama kyni: strákar eiga stráka að vinum og stelpur eiga stelpur að vinkonum. Þess vegna hafa vindahópar tilhneingingu til að vera kynjaskiptir, sérstaklega í yngri aldurshópnum, á 10-12 ára fálkaskátaaldrinum. Þótt ungmenni finni stundum hjá sér hvöt til að kanna tengsl við einstaklinga af hinu kyninu, er það ekki eitthvað sem þau einsetja sér á þessu stigi. Þörfin fyrir að glíma við innri breytingar tengdar aldursstiginu er sterkari og verður til þess að eins konar „varnarveggur“ myndast milli kynjanna. Frá og með 13 ára aldrinum kynnast unglingarnir nánar sínum nýju hvötum - það veltur þó á umhverfi og persónuleika - og þau geta betur tekist á við þær. Með tímanum verður auðveldara fyrir þau að beina áhuga sínum að einstaklingum af hinu kyninu.

Af þessum ástæðum þarf að huga vel að aldri og kyni skátanna þegar verið er að mynda skátaflokkka. Einnig er mikilvægt að huga vel að staðalímyndum sem styrkjast oft í kynjaskiptum hópum. Rétt notkun skátaaðferðarinnar stuðlar að jafnvægi meðal unglinganna. Jafnvel í mjög opnum samfélögum er ennþá tilhneiging til að ala á staðalímyndum með því að kenna stelpum samskiptafærni og að komast að almennu samkomulagi en strákum samkeppni, ákveðni og fastheldni.

Við þurfum að forðast að vera háð þessum staðalímyndum í starfi okkar. Við verðum að vera á varðbergi gagnvart þeirri tilhneingingu að hvetja aðeins strákana til að taka þátt í ögrandi verkefnum og leiðtogastörfum og úthluta stelpunum átakalitlum þjónustuverkefnum.

Á hinn bóginn má tilhneigingin til að fullyrða að jafnrétti milli kynjanna sé til staðar ekki verða til þess að við gleymum kynjamuninum og því hvernig kynin bæta hvort annað upp.

Þess vegna segjum við að strákar og stelpur séu eins, en samt ólík.



Jafnréttisfræðsla þar sem tekið er tillit til kynjamismunar

Í skátastarfi verður að leggja áherslu á jafna stöðu kynjanna þannig að ungmennin læri um og upplifi jafnrétti milli karla og kvenna. Slíkt tryggir báðum kynjum jöfn tækifæri til að njóta sín til fulls. Það hvetur þau til að kynnast hvert öðru, læra að bera virðingu fyrir sérkennum hvers um sig og hvernig kynin bæta hvort annað upp.

Á sama tíma eigum við að kenna skátunum að taka tillit til kynjamismunar með því að varpa ljósi á óendanlega möguleika sem felast í því að vera karlmaður og kvenmaður. Þetta þýðir að sérhver ungur einstaklingur á að hafa frelsi til að þroska persónulega kunnáttu og áhuga í skátastarfi, án þess að tiltekin hegðun sé fyrirfram skilgreind sem óviðeigandi fyrir kyn viðkomandi.

Kynjamismunur ætti hvorki að gefa í skyn fjandskap að neinu leyti né yfirburði annars kynsins. Jöfn tækifæri þurfa ekki að þýða að allir séu steptir í sama mót.

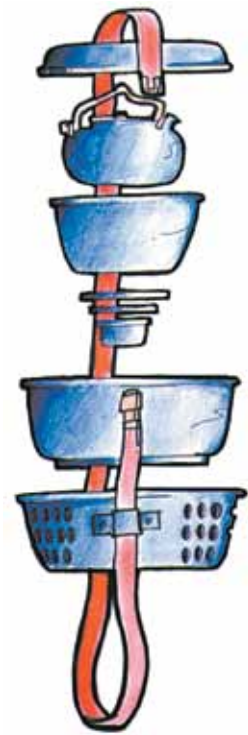
Til þess að stuðla að skátastarfi sem tekur bæði tillit til jafnréttis og mismunar, er mikilvægt að foreldrar, kennarar og æskulýðsleiðtogar vinni vel saman. Það er eina leiðin til að útrýma karlrembu, sem er enn á kreiki í samfélagi okkar, og þeim einhliða sjónarmiðum sumra karla og kvenna um að kynin séu í grundvallaratriðum ólík á nánast öllum sviðum.

Hver stelpa og hver strákur á sér sína eigin sögu og lífsáform

Að þekkja almenn einkenni stráka og stelpna á aldrinum 10-15 ára og átta sig á að þau eru „eins en samt ólík“ er mikilvægt fyrir starf okkar sem skátaforingja. Þrátt fyrir að þau séu lík, eru ungmenni greinilega ekki eins og þurfa ekki öll að horfast í augu við sömu kröfur frá umhverfinu. Ungur einstaklingur sem býr við fjárhagslega erfiðar aðstæður, óreglu á heimili eða slakan húsakost, glímir ekki við sömu vandamál og einstaklingur sem býr við góðar aðstæður og á fjölskyldu sem stendur við bakið á honum.



Allir unglingar búa að einhverju leyti yfir sameiginlegri reynslu og eiga við sambærileg vandamál að stríða. Allir upplifa þeir líkamlegar og sálrænar breytingar á kynþroskaaldrinum og vextinum sem fylgir í kjölfarið.



Þeir hafa allir þörf fyrir að móta eigin sjálfsmynd og finna sínar eigin leiðir til að verða sjálfstæðir, virkir og ábyrgir þjóðfélagsþegnar. Engin ein lýsing er til á „unglingum“ eða „tánungum“ nú á dögum, þó að stundum megi ætla að svo sé þegar hlustað er á fjölmiðla eða orðræðu manna.

Háfleygar vísanir í „framtíð landsins“ og neikvæðar óbeinar tilvitnanir um „unglingavandamál“ og „allt sem er að í samfélaginu“ eru ósanngjarnar og misvísandi einfaldanir. Þess vegna er ekki nægilegt að hafa hér stutta lýsingu á eiginleikum ungmenna. Þegar unglingar eru að ganga í gegnum þroskaferli, sem einkennist af miklum, óreglulegum og einstaklingsbundnum breytingum, er einnig nauðsynlegt að þekkja hvern strák og hverja stelpu persónulega. Það er ekki nægilegt að búa yfir almennri þekkingu á hvað gelgju-skeið og kynþroski eru eða hvaða erfiðu verkefni þetta þroskaskeið felur í sér.

Til að kynnast persónu stelpu eða stráks er mikilvægt að fylgjast með hvaða þættir í fari hennar eða hans gera viðkomandi einstakan. Það veltur á meðfæddum eiginleikum, heimilisaðstæðum, hvar viðkomandi er í systkinaröðinni, skólaumhverfi, vinum, nánasta umhverfi og hvernig líf viðkomandi hefur þróast. Hver strákur og hver stelpa á sér sína eigin sögu og einstaklingsbundnu tilveru.

Hvorki bækur, námskeið né leiðbeiningabæklingar nægja til að veita þér þess konar upplýsingar um strákana og stelpurnar í skátafélaginu þínu – einkum og sér í lagi ekki þau sem þú ert að fylgjast sérstaklega með og meta. Eina leiðin er að kynnast þeim, gefa þeim gaum, eiga með þeim samverustundir, fylgjast með viðbrögðum þeirra, öðlast skilning á vonbrigðum þeirra, hlusta á hvernig þeim líður tilfinningalega og þekkja drauma þeirra. Í stuttu máli: uppgötva hvern og einn sem sérstaka persónu.

Þessi viðleitni þín er fyrsta verkefnið þitt og velgengni þín fer eftir hversu góð tengsl þú myndar við hvern og einn. Þetta er uppbyggjandi samband sem krefst áhuga, virðingar, alúðar og umhyggju.

