



SZÖVEG –  
SZÁM KATI

SOROZAT –  
HÁRMAS KÖTÉS

# GYEREREK VAGY FELNŐTT?

## HÁRMAS KÖTÉS - KAMASZPROBLÉMÁKRÓL SZÜLŐKNEK ÉS PEDAGÓGUSOKNAK

„Felnőtt”, komisz, felnőtt testbe bújt gyerek. Így próbáljuk jellemezni a kamaszkor átmeneti állapotát, amely bizony néha nem is tart olyan rövid ideig, mint remélnénk. Hogyan tudjuk pedagógusként és szülőként segíteni, hogy a felnőtté válás kamasznak, szülőnek, tanárnak egyaránt nagy feladványokat rejtő időszaka minden területen a lehető legharmonikusabb legyen? Hogyan lehet az aránytalanságok idejét „túlélni”?

### ♦ MEDDIG TART A KAMASZKOR?

Szülőként sokszor feltesszük ezt a kérdést, amely azt jelzi, hogy legtöbbször úgy tekintünk a kamaszkorra, mint egy minél előbb átvészselendő időszakra, amelyben – a tapasztalt szülőtársak szerint is – nem tehetünk egyebet, mint kivárunk. Ez persze néha át is lendíthet minket a krízishelyzeteken, de legtöbbször mégis jó volna valamiféle használati utasítás. És azt is érdemes észben tartani, hogy egy csodálatos folyamatnak, egy új születésnek lehetünk részesei és szemlélői (mikor mennyire hagy ez a „csoda” beavatkozni). Tény, hogy a kamaszkor manapság nem ér véget a régebbi szakirodalmak által ígért húszas éveknél. De akkor mikor érkezik el a felnőttkor?

**Balkuné Szűcs Emese** pszichológus szerint a felnőtt egzisztenciálisan és érzelmileg is levált a szüleiről. „Megtalálta szakmáját, életpályája építésébe fogott, képes az önfenntartásra, komoly szándékot mutat hosszú távú párkapcsolat kialakítására, és az ehhez szükséges készségek birtokában van, vagy már megtalálta élettársát. Képes a felelősségvállalásra önmagáért és hozzátartozóiért. Ritkán történik meg mindez tökéletesen mindenkinél, de ha a szülő érzékeli gyermeke erőfeszítését, motiváltságát az önálló életvitel kialakítására, akkor megkezdődhet az a folyamat, amely a kirepüléssel veszi kezdetét. Napjainkra a felnőtté válás időszaka nem ritkán a 20-as évek végéig is kitolódhat. Különösen jellemző ez a felsőoktatásban részt vevő, értelmiségi pályára készülők esetében.” Ahogy **Uzsálné Pécsi Rita** neveléskutató fogalmaz: „a felnőtt kezébe tudja venni az énjét, elboldogul a korlátaival, képes lesz az erősségeire támaszkodni, uralni tudja a bensejében feltörő ellentétes érzelmeket, vágyakat, indulatokat. Felelősségvállalás, önálló életvezetés minden tekintetben, sőt, másokért való felelősségvállalás és áldozatvállalási készség. Ma már minden elképzelhető 10–12–14–16 éves korban is. Tulajdonképpen csupán „jogi” szemünket kell becsukni, máris elnézhető a tizenévesek dohányzása vagy az alkohol. A középiskolásoknak rendezett tanévzáró „nyárnyitó bulik” éjfélkor kezdődnek, 30–40 éves apányi férfiak és nők a tinédzserek divatját viselik. Nagy az ún. puerilizmus veszélye: »annak a közösségnek a magatartása, amely ahelyett, hogy az ifjakat férfiakká nevelné, saját viselkedését az ifjakéhoz idomítja« (J. Huizinga) – azaz gyerekesebben viselkedik, mintsem ítézőképességének állapota ezt indokolná.”

„A média által közvetített tartalmakról végképp ledöntöttek minden életkori határt. Nincs felnőttes téma, látvány, beszédmodor, nincsenek olyan felnőttkori »vágyott« kiváltságok, amiért érdemes lenne siettetni a felnőtté válást, sőt, az egyetemi évek is sokak számára inkább „haladékot” jelentenek a felnőtté válás előtt. Az ifjúkorra megteremthető egzisztenciális önállóság pedig már-már kilátástalanná vált. Ebből szinte egyenesen következnek a „kapunyitási pánik”, ahogy Bácskai Júlia találóan nevezi ezt az állapotot. Ennek általános tapasztalható (kor)tünetei a levertség, a »depis«-nek is nevezett életuntság, a döntésképtelen hezitálás, a közöny és a fásultság.”  
(Uzsálné Pécsi Rita)

### NÉHA GYEREK, NÉHA FELNŐTT

Persze azt könnyű megérteni, hogy a gyerekemben ott van a gyerek is, akit évek alatt megismertem, és ébrednek egy felnőtt, akit jó volna ismerni. De honnan tudjam, hogy mikor hogyan közelítsek hozzá? Mikor igényli, hogy szülőként gyámolítsam, és mikor szeretné, ha felnőtt társként látnám? Balkuné Szűcs Emese szerint jól megalapozott gyermek-szülő kapcsolatban a serdülőkor változások az élet természetes velejáróiként zajlanak, a gyermek képes jelezni szülője számára igényeit, aki fogékony ezekre a jelzésekre. A döntéshelyzetekben mérlegelnünk kell gyermekünk egyéni adottságait, belátó képességét. A szülő élettapasztalatával komoly támaszt nyújthat, ugyanakkor a kamaszt is érintő kérdésekben lényeges meghallgatni és figyelembe venni véleményét, érveit, vágyait, majd ennek megfelelően választani a lehetőségek közül. A kamaszok hajlamosak a túlzásokra, mivel még nem érzékelik saját határaikat. A szülő legfontosabb feladata ilyenkor a rugalmas, ám biztonságos keretek megtartása. A fiatal túlkapásait kedvesen, de határozottan érdemes leállítani, azonban a szülőnek is változnia kell gyermekével együtt, mert a bemerevedett kapcsolatok durva szakadásokhoz vagy éppen a fejlődésben való elakadáshoz vezethetnek. A neveléskutató a nyitott jelenlétben látja a megoldást, hogy ezt a kevert állapotot mindenkor érzékelve változtatni tudjuk a kapcsolat kezelésmódját, de szerinte a hitelességhez néha a tanácsstalanság is hozzátartozik. „Mi is próbálkozunk, és tévedünk is.”

Azért kell az elevenen érzékelő jelenlét, mert akkor van lehetőség helyesbíteni. Az irány mindenképpen az, hogy nemsokára el akarjuk engedni, hiszen bízunk benne, és átalakulunk tanácsadóvá.”

A testi kontaktus megváltozása is jól jelzi a folyamatot, amely a szülő-gyerek kapcsolatban átalakulóban van. Uzsálné Pécsi Rita szerint erre a közlésformára mindvégig szükség van, hiszen az érzelmi közelség árnyalatait minden embernek – és így a kamasznak is – sokszor csak ez képes közvetíteni. „Persze sokkal több fortélyra, ötletre lesz szükség azoknál a serdülőknél, akik ezt cikinek érzik. Birkózás, vállveregetés, masszírozás, hancúrozás, sportolás, kézfogás, inggallér megigazgatása... jól jöhet.” Balkuné Szűcs Emese ugyanakkor arra is figyelmeztet, hogy a kamasz ebben is a végletek embere lehet: a hosszabb, testi kontaktust elutasító időszaknak váratlan odabújással, öleléssel vethet véget, amit újabb eltávolodás követhet. Olykor szavakkal is kifejezheti vágyait, amelyekre fontos érzékenyen reagálni. Különösen hangsúlyos ebben az életszakaszban az ellenkező nemű szülővel való harmonikus viszony a testi érintkezés tekintetében is.

A HITELES ÖNAZONOSSÁG  
ARRA A KÉRDÉSRE VÁLASZOL:  
KI VAGYOK ÉN?

AZ ÁL-AZONOSSÁG CSAK  
ANNYIT TUD:  
MI VAGYOK ÉN?

## JÓ ÚTON?

Mindannyiunk fejében létezik egy kép az ideális fiatal felnőttől, amilyennek gyermekünket vagy tanítványunkat is álmodnánk. De vajon az álmaink reálisak? Mit tehetünk, ha valamelyik területen – akár gyerekünk, akár saját magunk igényei és félelmei miatt – úgy tűnik, elmarad a kamasz a felnőtté váláshoz vezető fejlődésben? Hogyan vehetjük ezt észre? Segítséget nyújthat a hasonló korú fiatalokkal, barátokkal való összevetés. Ebben a különböző korosztályokkal dolgozó pedagógus sokszor nagy segítségére lehet a szülőnek. Ugyanakkor a kamaszt mégis a szülő ismeri jobban, tehát ebben a kérdésben különösen fontos lehet a szülő-pedagógus kommunikáció.

A pszichológus szerint problémát jelez például, ha gyermekünk még 20-as éveinek derekára sem tudja, mihez kezdjen az életével, ha egyáltalán nem képes párkapcsolatokat kialakítani, ha nem próbálkozik. A kortárs kapcsolatokról való elszigetelődés már súlyos jelzés, ilyenkor érdemes megfontolni a segítségkérést. Serdülő gyermekünk számára óvatosan javasolhatjuk szakember felkeresését, de fontos, hogy erről döntést saját maga hozzon. A túlzott szülői gondoskodás minden téren hátráltathatja, inkább bízunk benne, engedjük érvényesülni, leválni!

Uzsalyné Pécsi Rita fontosnak tartja, hogy a kamasznak egyedül kell átjutnia kríziseinek alagútján. *„A legnagyobb hiba lenne ezt megspórolni. Ennek híján tartás nélküli, önállóan, puha identitás az eredmény, amivel aztán élete végéig együtt kell élni. Ha mi lennénk az önállósodás, az önálló felelősségvállalás gátja (még mindig mindenben kiszolgáljuk, megmondjuk stb.), először próbáljunk meg magunkon változtatni! Tipikus megrekedés a túl korai zárás. Amikor kimarad a megküzdés fázisa. Ilyenkor vagy fixálódik ez az átmeneti állapot – keresgélés, egyetemekre járogatás, a mamahotel, elköteleződés szándéka nélküli párkapcsolatok –, és az átalakulás feszülő energiái nem kifelé, hanem befelé, a tudattalan felé robbannak, majd 30–40 éves korban okoznak infantilis viselkedést. Ha nincs lehetősége az önálló szárnypróbálgatásra, a fiatal sokszor belemenekül egy elfogadható státuszba, de a döntés nem a sajátja. A döntés valójában legtöbbször a szülőké (de néha egy tanáré, esetleg edzőé): ez lehet házasság, munkahely betöltése, egyetem elvégzése, sportolói karrier. Ilyenkor a fiatal csupán felveszi a maszkot, amivel a környezete elfogadja őt. A hiteles önazonosság arra a kérdésre válaszol, amit kiskamasz korunk óta feszegetünk: Ki vagyok én? A fent leírt ál-azonosság csak annyit tud: Mi vagyok én? Ha ezt leveti valaki – otthon, nyugalomban, szabadságunk idején, állásunk megszűnésekor, egy őszinte pillanatunkban –, összeomlik az építmény.*



## SZERINTETEK GYEREK VAGYOK VAGY FELNŐTT? ÖTLETEK A KORTÁRS CSOPORTBAN VALÓ FELDOLGOZÁSHOZ

**A kamasz egyik nagy kérdése: „Hogyan látnak a különböző közösségekben, családban, suliban, edzésen, baráti körben? A suliban gyerek vagyok, akitől a matektanár számon kéri, miért nem íratna alá a kettést, de amikor a kémiatanár megkér, hogy korrepetáljam az osztálytársam, felnőttként beszél velem. Otthon gyerek vagyok, akitől meg lehet kérdezni, miért nem rakta a szennyesbe a melegítőjét, de az edzésen felnőttként tekintenek rám a fiatalabb csapattársak. Felnőtt vagyok, amikor a kórházban nagyit meglátogatom, de gyerek, amikor másnap akarok hazajönni egy buliból.”**

Sokszor a családban elfogadott érettség nem azonos az iskolában, edzésen, külső kapcsolatokban elfogadott felnőttégi fokkal. Sőt, néha a felnőttek sem igazán tudják, hogyan is tekintsenek a kamaszokra. Talán mindenki éppen úgy, ahogy abban a helyzetben neki a legkényelmesebb. És valószínűleg így van ezzel a kamasz is. De élhet-e valaki kettős-hármas életet? Balkuné Szűcs Emese szerint ilyenkor könnyen előfordulhat, hogy a serdülő az eltérő viszonyítási csoportok elvárásainak keresztútjában összezavarodik. Ilyenkor választani kényszerül.

„A SULIBAN GYEREK VAGYOK, AKITŐL A MATEKTANÁR SZÁMON KÉRI, MIÉRT NEM ÍRATTA ALÁ A KETTEST, DE AMIKOR A KÉMIATANÁR MEGKÉR, HOGY KORREPETÁLJAM AZ OSZTÁLYTÁRSAM, FELNŐTTKÉNT BESZÉL VELEM.”

Ha nem teszi meg, valahol mindig szerepet fog játszani, ami hosszabb távon személyisége sérüléséhez vezethet. Dr. Skita Erika EQ Certified tréner szerint egy kamasz alapvetően másként látja magát, mint a szülei vagy a baráti társasága. Ebben az életszakaszban alapvetően mindenki sokkal sérülékenyebb és bizonytalanabb. Ha a baráti kapcsolataik nem olyan stabilak, ez kihat arra is, hogyan gondolnak saját magukra, de ha a kortárs csoport befogadja őket, önbizalmuk erősebbé válik. Ezért mindenképp érdemes az értékeikre, a képességeikre, az erőfeszítéseikre vonatkozó elismeréssel illetni őket. Az alábbi feladatokat a tréner csoportos feldolgozáshoz ajánlja, segítségükkel nemcsak az empátiás, de a problémamegoldó és önkifejezési készségeik is fejlődnek.

### 1. FELADAT

Két csoportot alkotunk, egyikük a Szülő, másik a Kamasz. A pedagógus facilitatori szerepet tölt be, kíséri és moderátorként segíti a feladatban szereplőket. Az elején fontos, hogy ismertessük, hogy a gyakorlat során egymás érzéseinek és gondolatainak tiszteletben tartásával fogalmazzuk meg a feladatban foglaltakat. Mindkét csoport határozza meg, melyek azok a helyzetek, amelyekről tart, amelyek aggodalommal, esetleg félelemmel töltik el egymással kapcsolatban (azaz a szülők olyan aggodalmuknak adnak hangot, amelyek a kamasz gyerekeikkel kapcsolatosak, és fordítva). Például a szülők



Hallgassák meg október 7-én 11:30-kor az MRI Kossuth Rádió Keresztes Ilona VÁLASZ-UTAK c. műsorát, amely a Hármas kötés e havi témáját dolgozza fel kamaszokkal.

aggódnak, ha késő estig tartó buliba engedik el a gyerekeiket, a gyerekeket pedig zavarja, hogy a szülei nem veszik figyelembe a véleményüket az őket is érintő helyzetekben, vagy meghallgatják ugyan őket, de azonnal elmagyarázzák, miért nem úgy van, ahogyan ők gondolják. Ezzel láthatóvá, érezhetővé válnak a gondolkodásmódok, nézőpontok különbözőségei. A két csoport listát, táblán vagy flipchart papíron ábrát, rajzot készít a felsorolt aggodalmakról, és közösen megbeszéli azokat. Utána megbeszéli közösen, hogy az egyes pontokat hogyan lehet orvosolni, elkerülni.

### 2. FELADAT

Keressenek olyan helyzeteket, amikor kifejezetten megerősítő, ha önállóak lehetnek (pl. egyedül tömegközlekedni), illetve olyan helyzeteket, amikor nem olyan könnyű magabiztosnak maradni, ha egyedül kell helytállniuk (pl. adminisztratív ügyek intézése). Használjanak újabb papírt vagy táblát! A listán végigmenve keressenek megoldási lehetőségeket, hogyan lehet az önállóságnak ezt a néha terhes vagy félelmetes részét is jól kezelni. Ötletjelnek, hallgassák meg egymás véleményét! Térjenek ki arra is, mikor van szükségük segítségre, és ilyen esetekben hogyan tudnak (és tudnak-e) segítséget kérni ezekben a helyzetekben – kortárstól, szülőktől, pedagógusoktól. Ezt el is játszhatják egy-egy szituációban. ♦

További információ új sorozatunkról és az ahhoz kapcsolódó előfizetői akcióról a [harmaskotes@kepmas.hu](mailto:harmaskotes@kepmas.hu) címen vagy a [kepmas.hu](http://kepmas.hu) Hármas kötés menüpontjában, ahol az adás is meghallgatható.