

NÁCTILETÍ A PUBERTA



Období dospívání představuje veliký přelom mezi dvěma podstatně klidnějšími životními fázemi:



- **mezi dětstvím a dospělostí** (už nejsem docela dítě - ale také ještě ne dospělý člověk);
- **mezi hrou a prací** (hrát si, to je pocíťováno jako dětinské - svět práce je však ještě uzavřený);
- **mezi závislostí na rodičích a samostatným, plně odpovědným utvářením vlastního života** (ještě bydlím u rodičů, musím se jim podřizovat, protože mě živí a šatí - přitom bych tak rád vzal život do vlastních rukou).

Teenager se nachází takřikajíc mezi dvěma židlemi - je to pro něj kritická a pro vývoj jeho osobnosti rozhodující vývojová fáze.

Toto přechodové období mezi dětstvím a dospělostí s sebou **přináší mnoho problémů**. V tělesné, duševní, duchovní i společenské oblasti dochází k ohromným změnám. Nežřídka jsou spojeny s duševními výkyvy a krizemi, které se na venek mohou projevit jako společensky nepřijatelné chování. Zde potřebují rodiče, učitelé a vychovatelé v církvi mnoho porozumění a schopnost vcítění.

1. Tělesné znaky puberty

Nejprve vezmou za své dosud harmonické tělesné proporce pozdního dětství v důsledku zrychleného prodlužování dlouhých kostí v končetinách (okolo 11 let). Vede to k jakémusi znejistění, protože teenager najednou neovládá své pohyby tak hladce a samozřejmě jako ještě před několika týdny. Jako by si se svým tělem najednou nevěděl rady. Jeho motorika (pohyblivost) se stává zbrklou a nekoordinovanou, přitom potřeba pohybu a nutkání „něco dělat“ neustále stoupá.

Oproti překotnému růstu kostry zdánlivě pokulhávající vývoj vnitřních orgánů přináší s sebou zvýšenou citlivost a úzkostlivost. V této fázi často pozorujeme pokles výkonnosti ve škole, nesoustředěnost a náládovost, což všechno je podmíněno probíhajícími tělesnými změnami.

Teprve ve druhé fázi puberty (mezi 13. až 15. rokem) se zřetelně začne obnovovat harmonie tělesné stavby.

Výrazným projevem dospívání jsou také změny pohlavních znaků

CH L A P C I	12 - 13 let	→	- zvětšení varlat, šourku a penisu.
	13 - 16 let	→	- hladké ochlupení stydké krajiny, hlas začíná mutovat; - rychlý růst penisu, varlat, šourku, - předstojné žlázy a semenných váčků - první výron semene; - ochlupení stydké krajiny se kudrnatí; - enormní růst do výšky.
	16 - 18 let	→	- objevuje se ochlupení v podpaží, začínají růst vousy, - nad čelem vznikají postranní kouty, výrazné prohloubení hlasu.



D Í V K Y	10 - 11 let	→	- zaoblování kyčlí, tvorba tukových polštářů, - růst prsů a bradavek.
	11 - 14 let	→	- hladké ochlupení klína, prohloubení hlasu; - rychlý růst vaječníků, pochvy, dělohy a stydkých pysků; - ochlupení se kudrnatí; - rychlý tělesný růst; - vystupování prsních bradavek; - dozrávání prvních vajíček a nástup menstruace.
	14 - 16 let	→	- ochlupení podpaží, prsy dosahují dospělých tvarů.



2. Duchovní znaky

Mezi sedmým a dvanáctým rokem je dítě již schopné logických úsudků, pokud zůstávají v názorné a konkrétní rovině. Dokáže např. rozpoznat společné vlastnosti a prvky auta, autobusu, bicyklu a skateboardu. Abstraktní pojmy jako láska, odpuštění, spravedlnost atd. mu však musí být objasněny na konkrétních příkladech z jeho osobní zkušenosti (spravedlnost: všechny děti dostanou stejně velký kousek čokolády).



Teprve zhruba kolem dvanácti let se vyvine schopnost chápat abstraktní pojmy bez vazby na konkrétní příklady.

Otevírá se tedy možnost diskutovat o obecných tématech jako tolerance, čest, láska k bližnímu a pod.

Jestliže při práci s dětmi do jedenácti let byl ústředním bodem hodiny biblický příběh, můžeme od dvanácti let naše hodiny zaměřit **tematicky**, tj. zvolit pro hodinu určité téma, které pak budeme sledovat (např. s použitím různých biblických textů).

3. Duševní znaky

a) Teenagerovi se odhalí nová oblast, oblast jeho vnitřního světa.

Tento objev ho silně přitahuje. Začne se více zabývat vlastními pocity a pudy. Dosud vyrovnaná a veselá povaha může být vystřídána neklidem, náladovostí, uzavřeností k okolí, nedůtklivými a citově přehnanými reakcemi na vnější podněty. Zároveň ale tato schopnost reflektovat svůj vnitřní stav napomáhá i lepšímu vcítění do situace druhých, chápat lépe jejich pohnutky a potřeby.

b) Sebevědomí teenagerů je často přehnané.

Právě proto je jeho sebevědomí také snadněji zranitelné než dosud. Souvisí to s hlavním tématem duševního světa v pubertě, s hledáním vlastní identity: Kdo jsem? Proč tu jsem? Co se ode mne čeká?

c) Teenageři mívají velký problém s přijetím sebe sama.

Připadají si moc tlustí, moc velcí, moc malí nebo moc oškliví... Nechtějí už být dětmi, ale nechtějí také jen kopírovat život dospělých. Vědomí vlastní hodnoty je v tomto procesu nacházení vlastní identity silně rozviklané a může vyústit až v přesycenost životem.

d) Teenager se však netáže jen *Kdo jsem?*, nýbrž také k čemu, jaký smysl má můj život a kde je moje místo v tomto světě: Jak se zde mám orientovat a jak uspořádat svůj život?

Je dobře, když v této fázi najde nějakého důvěrníka pro své otázky, osobu s otevřenými ušima a s porozuměním. Nezbytná je zde otevřenost a upřímnost, tradičními formami a frázemi bychom si dveře k rozhovoru velmi rychle zabouchli.

4. Sociální znaky

Otázka vlastní identity se promítá i do změn v oblasti sociální. **Teenager hledá svou totožnost:**

- v uvolnění pout se svým dosavadním světem dětství;
- v odstupu od světa dospělých.

Tím je generační konflikt přímo naprogramován.

Osamostatnění a kritický odstup se začnou projevovat nejdříve ve vlastní rodině. Ale i všechny ostatní hodnoty a pořádky přebírané dosud ze světa dospělých jsou podrobovány kritice a odmítání. **Protože člověk v pubertě je ještě sám sebou velmi nejistý a nedokáže říct, kdo je a co chce, vymezuje se vůči okolí spíš negativně.** Nezřídka má tento proces podobu radikálního odmítání všeho dosavadního: **dětství, rodičů, víry i politiky dospělých.**

Teprve když se vyjasní otázka vlastní identity, mění se opět vztah k dospělým. Nastupuje fáze přizpůsobování, ovšem stále ještě kritického (kolem 17-18 let).

Teenager hledá v této fázi nové cesty a možnosti - velmi důležité jsou přitom **vzory v jeho okolí** – šanci má ale jen to, co je **pravé a pravdivé**. Důležité je také ponechat iniciativu na něm; nevyžádané rady, byť sebelépe míněné, budou narážet nejspíš na hluché uši.



5. „Duchovní puberta“

Ke krizi totožnosti u dospívajícího přistupuje často i krize víry. S „novým“ cítěním, schopností abstraktního myšlení a poznávání souvislostí přichází také nutnost nově se vypořádat se svým vztahem k víře.

Rodiče i učitelé by přitom nikdy neměli zapomínat, že Bible se nemusí obávat žádného útoku. Dá se jí rozumět jak na rovině dětského, tak dospělého myšlení. Je však téměř nemožné víru, založenou pouze na dětských rozměrech myšlení, cítění a jednání, zachovat nezměněnou do věku dospělého. Byla by stejně nepřiměřená, jako šaty z dětství.

Jde tedy o to, najít z krize víry cestu k novému přitakání Ježíši Kristu: Ježíš má být Pánem mého života!



Tři možná vyústění krize víry

a) Upadnutí do náboženské lhostejnosti

To můžeme očekávat zejména tehdy, když krize není řádně zpracována. Víra, kterou dospívající zná pouze ze svého dětství a která jej v jeho současných problémech nijak neoslovuje, se mění ve lhostejnost. Návyk „chodit do kostela“ může sice přetrvat, ale stane se z něj pouhá formalita, „protože se to tak dělá“. Žádný osobní vztah k Ježíši se nevyvine.

b) Radikální rozchod s dosavadní vírou

K tomu dochází nejčastěji tam, kde člověk udělal s křesťany nebo křesťanstvím nějakou špatnou zkušenost:

- křesťanství zažil jako cosi pouze předstíraného (např. hovoříme o tom, jak se máme rádi, ve skutečnosti se však pomlouváme a podráždíme jeden druhého).
- biblické poselství jej na dětské úrovni nijak neoslovilo a křesťanství bylo vždycky spojeno pouze s nudou.
- v křesťanském společenství se cítil odmítán nebo ignorován. V každém případě prožíval dotyčný křesťanské společenství jako cosi nepřítavného a dospěl k přesvědčení, že musí existovat ještě něco lepšího. Vydává se tedy na cestu hledání...

c) Proměna dosavadní dětské víry ve víru dospělou

Jestliže se teenager kdysi v dětství rozhodl následovat Krista, není nutné, aby prožil nějaké nové obrácení. Je jen zapotřebí v tomto rozhodnutí vědomě setrvat, upevňovat je a prožívat i ve změněných strukturách myšlení a cítění a společenských vztahů. Je to zápas, který na zemi nikdy nebude dobojován: nechat Krista vládnout ve svém každodenním životě.

6. Biblické vyučování pro teenagery



a) „bezproblémoví“

U některých teenagerů probíhá puberta téměř nepozorovatelně. Dotyčný je víceméně „v pohodě“, své místo ve sboru i ve světě si najde celkem bez problémů.

Zde je velmi cenné, můžeme-li ve sboru nabídnout biblické vzdělávání (základy, „tuhá strava“, specifické problémy této věkové skupiny) a najdeme i možnost, jak tyto chlapce či dívky zapojit do praktické služby ve sboru.

b) „rebelanti“

U některých jednotlivců přichází období, kdy se k víře a církvi stavějí odmítavě. Musíme si velmi dobře rozvážit, do jaké míry zde je vhodný nátlak ze strany rodičů („půjdeš s námi do kostela a hotovo...“) a zda se tím nedosáhne pravého opaku toho, o co nám běží – získat dítě pro Krista.

Chceme-li našemu dítěti dát dobrý biblický základ na cestu životem, musíme s tím začít v dětství už velice brzy. U náctiletých jsou již výhybky takřkajíc nastaveny, teď už si budou cestu hledat sami.

Rodiče mají v tomto věku zpravidla nepatrnou šanci získat si ztracenou důvěru svých potomků. Máme-li ve sboru nadaného pracovníka pro tuto věkovou skupinu, je to skvělá příležitost, jak podat hledajícímu pomocnou ruku.

7. Tipy a podněty pro „zvláštní“ akce

Trávit čas společně se svými vrstevníky je pro tuto věkovou skupinu velmi důležité. Je proto nutné vytvářet k tomu ve sboru příležitosti a křesťanství předkládat našim náctiletým vynalézavě v přiměřeném a přitažlivém „balení“. Zde je několik příkladů:



Být spolu!!!

- pestrý večer nebo slavnost na biblické téma
- životopisy zajímavých postav
- beseda na aktuální témata
- společné vaření a pečení
- výlety a exkurze
- tábory
- kontakty s podobnými skupinami
- společné pracovní brigády
- diakonská služba
- nabídky různých „koníčků“
- divadlo, hudební skupinka...
- sportovní akce

TEENKLUB

Důležité:
**Respektovat návrhy
a náměty z jejich řad,
nic jim nevnucovat!**

8. Vodítko pro sborové pracovníky při práci s teenagery

- Seznam se se zvláštnostmi vývojově psychologické situace náctiletých a nauč se je chápat.**
- Pomoz náctiletému najít vlastní identitu zdůrazněním:**
Jsi zde chtěný! Jsi milován! Jsi potřebný!
- Nesnaž se pouze působit na něj, ale nech jej také působit na sebe. K tomu patří kromě jiného:**
 - vzájemně si naslouchat a hovořit spolu
 - zabývat se jeho problémy
 - přijímat pozitivní návrhy
 - nechat se případně i korigovat
 - nepouštět se do jalových diskusí
- Zaujmi vlastní postoj a riskuj i neshodu. Zůstaň pevný, ale ne panovačný. Nabízej cesty k vzájemnému dorozumění a nauč se:**
 - představovat biblický obraz člověka
 - přemýšlet o biblickém řešení problémů soužití (Ef 5,21) a ukazovat, jak se dá uskutečnit
 - objasňovat smysl autority (pomoc k orientaci)
- Akceptuj jeho snahu o udržení odstupu:**
 - riskuj důvěru v jeho jednání
 - respektuj jeho potřebu samostatnosti
 - umožni mu volnost pohybu
 - nevnucuj se
- Buď mu příkladem, podle něž se může orientovat:**
 - přítel a „pastýř“, ne vládce
 - nevzdávej se naděje a neztrácej trpělivost
 - ber ho vážně
 - udělej si na něj čas, i když se ti to zrovna nehodí

Přemýšlej:
**Jak mohu tyto poznatky
přenést do praxe?**

