W pracy z młodzieżą, jako nauczyciel - wychowawca, staję nie tylko przed zadaniem przekazania wiedzy, ale również przed wyzwaniem wspierania wychowanków w trudnym okresie dorastania. Przedstawię procesy biologiczne i psychiczne, które zachodzą   w organizmie i  w jaki sposób wpływają one na zachowanie wychowanków. Rozwój fizyczny poprzedza rozwój psychiczny i emocjonalny. Taka kolejność ma negatywne skutki - młody człowiek z trudnością radzi sobie z zachodzącymi zmianami fizycznymi, ponieważ nie jest na nie przygotowany. Szybciej stajemy się gotowi biologicznie do dorosłego  życia, niż pozwala nam na to dojrzałość psychiczna i emocjonalna. Dojrzewanie jest to proces bardzo indywidualny. Osoby ,które dojrzewają wcześniej są skrępowane, wstydzą się zachodzących w ich organizmie  zmian, których inni jeszcze nie znają i nie doświadczają. Natomiast ci, którzy dorastają później, czują się źle, ponieważ chcieliby dogonić swoich przyjaciół. Wychowankowie nie mają nad tym kontroli czują  się upokorzeni przez własne ciało, które zawodzi i  robi niespodzianki w najmniej oczekiwanych momentach. Dlatego tak ważne jest wsparcie dorosłych.                                                                                                                                          **Z problemem akceptacji zmian fizycznych wiążą się** **dwa** **zjawiska  psychologiczne:                                                                                                                                                             1.złudzenie widowni -** jest to przeświadczenie widowni, że inni specjalnie zainteresowani jej wyglądem i zachowaniem np. przesadna dbałość o swój wygląd i wyróżniający ubiór, popisywanie się, hałaśliwość. W efekcie obserwujemy dwie skrajne postawy od zachwytu po nadmierny krytycyzm.

**2.mit o własnej osobie(fantazjowanie)**-wiara dorastającego w to, że normalne prawa natury, które odnoszą się do innych, jego nie dotyczą.                                                                           Kolejnym ważnym punktem niniejszej pracy są hormony. Hormony wpływają na psychikę i zachowanie młodego człowieka.                                                                                                 Dziewczynki -  wzrost estrogenów skutkuje chwiejnością emocjonalną. Stąd nagle wybuchy złości, płaczu, które   postronnemu obserwatorowi mogą wydawać się nie uzasadnione. Wyolbrzymianie problemów, skłonność do skrajnych postaw  i rozwiązań jest cecha charakterystyczna dla tego okresu. Dlatego mając świadomość tego podejdź do rozwiązania problemu konstruktywnie pomijając emocje. Nazwij problem i nim się zajmij, nie reaguj na zachowanie.

 Chłopcy - w okresie dojrzewania ogromna ilość testosteronu  oddziałuje na stany emocjonalne, szczególnie w zakresie zachowań agresywnych. Pojawia się rywalizacja, stają się oni wybuchowi i zaczynają uznawać zasadę "Najpierw  działanie  później myślenie". Nie oznacza to, że mamy akceptować zachowania agresywne, ale jedynie  wskazuje na obszar, o który powinniśmy dbać, wspierając  dojrzewających chłopców. Umiejętność radzenia sobie  z rosnącym napięciem   nie jest wrodzona ,to kompetencja którą człowiek uczy się poprzez doświadczenia.  Hormony płciowe biorą także  udział w regulacji  obszarów mózgu, które są odpowiedzialne za produkcje serotoniny "hormonu szczęścia", który wpływa na  nastrój. W okresie dojrzewania zachodzą zmiany wewnętrznego zegara biologicznego będącego pod kontrola hormonów.

                                                                                                                                           Warto zatem  pamiętać, że problem wstawania na zajęcia nie musi wynikać z lenistwa czy buntu, wobec nauki - szkoły, a jedynie ze zmian zachodzących  w młodym organizmie. Hormon płciowe, zmiany w układzie nerwowym mają wpływ na zachowanie seksualne nastolatka.

     U dziewczynek wyzywający strój, mocny makijaż czy przesadna dbałość o urodę które są uważane za nieodpowiednie dla norm szkolnych, mają swoje uzasadnienie w biologicznej naturze Dziewczyna, która się maluje chce się podobać teraz, a stwierdzenie będziesz się malować, jak skończysz szkołę oznacza dla niej czas odległy o całą wieczność i nie ma najmniejszego  sensu, więc trzeba wziąć poprawkę nad naszą naturą.   U chłopców zmiany hormonalne powodują, iż interesują się oni pornografią.                                                                   Dziękuję za uwagę i zapraszam na drugą część, która ukaże się jutro.

                                                                                                                                                  wych.J.Hume