

## **Transformarea din omidă în fluture**

### **La transformation de la chenille en papillon**

Maria Popescu, *lector, UPS „Ion Creangă”*,  
Cristina Olaru, *studentă, UPS „Ion Creangă”*

#### **Rezumat**

*Adolescența este etapa cea mai spectaculoasă a dezvoltării umane, care excelează prin multitudinea și complexitatea modificărilor la care este supus organismul uman în ontogeneza sa. Anume această vârstă este considerată o a doua naștere sau un moment esențial în dezvoltarea psihică umană. De aceea cele mai multe discuții și cercetări traversate deseori de opinii contradictorii se referă cu precădere la această vârstă. Specific adolescenței este dezvoltarea intensă în plan psihic și stabilizarea structurilor de personalitate.*

**Cuvinte-cheie:** *adolescență, vârstă, dezvoltare, transformare, evoluție.*

#### **Résumé**

*L'adolescence représente l'étape la plus spectaculaire du développement humain, qui excelle à travers la multitude et la complexité des modifications auxquelles est soumis le corps humain dans son ontogenèse. Notamment cet âge est considéré comme une renaissance ou un moment essentiel dans le développement psyché humaine. C'est pourquoi la plupart de discussions et de recherches sur ce sujet contradictoire font référence à cet âge. La spécificité de l'adolescence est le déploiement dans le plan psychique et la stabilisation des structures de la personnalité.*

**Mots-clés:** *adolescence, âge, développement, transformation, évolution.*

Adolescența reprezintă o etapă semnificată în viața fiecărui om, aceasta remarcându-se prin profunde transformări biologice, psihologice și nu în ultimul rând sociologice. Cum sfârșitul este, de fapt, un început, la fel și adolescența este asociată cu terminarea copilăriei și de aici ia naștere adultul în devenire. Este o perioadă tumultuoasă, plină de contradicții, fiind descrisă de „elanuri”, ca „vârsta de aur”, „vârsta identității” [3]. Adolescentul este un nonconformist și un luptător activ pentru îndeplinirea dorințelor sale, un original în adaptarea la lumea înconjurătoare.

În adolescență, schimbarea biologică constă în secreția brutală de hormoni, care declanșează puseul de creștere și transformare sexuală [2; 3]. Din punct de vedere psihologic, adolescentul va trebui să învețe cum să se accepte pe sine într-o altă imagine, cu un corp nou și va fi nevoie să găsească o nouă modalitate de a gândi, pentru că va avea parte de sentimente noi și trăiri inedite, necunoscute până atunci. În plan sociologic, adolescența a devenit un subiect social. Violența,

consumul de droguri, suicidul sunt acțiuni frecvent aduse în discuție de autoritățile publice, astfel fiind exprimată neliniștea în legătură cu viitorul tinerilor [4].

Verbul *adolescere*, înseamnă „a crește” și, de asemenea, este rădăcina latină a cuvântului *adult* [1]. Psihologii definesc termenul *adolescență* prin două cuvinte: *furtuni* și *stres*, deoarece la această vârstă fragilă, în urma tuturor transformărilor, mulți adolescenți nu sunt pregătiți să înfrunte situațiile ce li se impun la nivel intern și extern. Această lungă tranziție îi pune într-un moment de criză și de lungă reflecție la întrebarea: „Cine sunt eu ?” [4].

Este important să înțelegem problemele cu care se confruntă adolescenții zi de zi. Într-un final, adolescența își găsește reflexia în fiecare dintre noi. Ceea ce suntem astăzi este consecința celor realizate în această etapă valoroasă a vieții.

Adolescența începe odată cu vârsta de 14 ani. Mai puțin rapide decât la fluture, la om, transformările au loc într-un ritm alert, la scara unei vieți umane. Într-un interval de 2-3 ani, apar explozii la nivel hormonal, care fac vizibile unele lucruri; spre exemplu, la fete se observă dilatarea în șolduri și ele încep să capete proporții semnificative. La băieți, se lătesc umerii, se dezvoltă mușchii, vocea devine mai îngroșată și apare pilozitatea la nivelul facial [2; 3; 4].

Aceste schimbări într-un tempo rapid le îngreunează adolescenților situația. Privind dintr-un punct psihologic, realizăm cât de greu le este tinerilor să se privească în oglindă și să observe dispariția corpului din copilărie, care era atât de perfect, fără pic de grăsime și fără acnee pe față. Pentru adolescenți, orice transformare devine un complex.

Dat fiind faptul că modificările fiziologice provoacă adesea incomodități, unii tineri suferă de dismorfofobie. Aceasta reprezintă o tulburare psihologică, în care adolescentul este excesiv îngrijorat de felul cum arată sau este deranjat de un defect perceput al fizicului său. Pentru adolescente este caracteristic slăbitul sau dietele ce presupun înfometarea, punându-și în pericol sănătatea, deoarece cineva au râs de ele că au o greutate corporală mare, iar băieții care sunt mai slabi nu se pot încadra ușor în societate, deoarece nu sunt considerați „bărbați adevărați”. Această dereglare poate provoca stres psihologic, afectează funcționarea socială, până se ajunge la depresie, izolare sau anxietate [1].

Este deja cert că transformările fizice nu pot ține pasul cu stările interioare, ceea ce îi determină pe tineri să posede o imagine de sine foarte scăzută: începe să le fie jenă de corpul lor și de felul cum arată, până ajung să se refugieze, crezând că vor putea scăpa și de ei înșiși, fără să caute ajutor sau să se gândească la faptul că există multe soluții pentru orice problemă.

Adolescența durează aproximativ opt ani și cel mai bun remediu pentru a trece cu brio peste transformările fizice este comunicarea. Relația adolescent-părinte nu trebuie să fie afectată de crizele acestea trecătoare, ci, din contra, trebuie să se creeze o relație mai puternică, astfel încât adolescentul să se simtă iubit, protejat și să primească tot sprijinul de care are nevoie. O altă soluție pentru depășirea acestor tensiuni sunt hobby-urile, care nu lasă nici o secundă liberă creierului să proceseze informații de natură negativă.

După transformările biologice, urmează schimbări comportamentale, care pun în alertă în primul rând familia. Din cauza lor, copilul de odinioară a rămas doar o amintire. Adesea părinții nu își mai recunosc copiii, pentru că ei deja au adoptat o altă conduită [2]. Cele mai frecvente motive care îi neliniștesc pe părinți în legătură cu comportamentul copiilor sunt:

- nu mai învață;
- nu mai vor să iasă din cameră;
- cred că sunt oribili și vor să apeleze la chirurgia plastică;
- stau numai la televizor/computer și refuză să mănânce.

Adolescența normală este mereu însoțită de perturbări. Important însă este să se reziste tentației de a o „psihiatriza” și, pentru că procesul este considerat unul complicat, se cere multă răbdare și toleranță din partea adulților.

Până aici am specificat problemele care sunt în corelație cu această vârstă; în continuare, vom afirma că toate decadentele din adolescență se adună încă din copilărie, deoarece de atunci a început edificarea personalității. Tot încă de când erau mici, la copii s-au construit mecanisme psihologice de apărare. Dacă fundamentul pus încă dinaintea apariției adolescenței sunt șubrede, atunci echilibrul psihic al tânărului poate fi amenințat de distrugere, fiind ușor manipulat de pericole.

La etapa dată, adolescentul face primele sale alegeri, cum ar fi faptul că își schimbă morala, concepțiile, dispoziția, credințele sau sentimentele. De asemenea, el alege grupul de prieteni sau anturajul în care preferă să-și petreacă timpul, fără să se sfătuiască cu părinții. Așadar, fiind într-o stare inconștientă, la luarea deciziilor sale pripite, el se lovește de o criză ce este o condiție *sine qua non*, necesară pentru a deveni adult [2; 4].

Toate valurile acestea confuze din sufletele adolescenților, când nu mai știu ce simt, ce doresc, îi determină să aleagă calea greșită, crezând că amarul se îneacă în alcool, fericirea poate fi simțită doar prin consumul de droguri sau, mai bine, pleacă de acasă, pentru că nu-i înțelege nimeni. Tot ceea ce consumă tinerii datorită faptului că se lasă purtați de val îi afectează nu doar din punct de vedere psihologic, devenind mai agresivi, mai nervoși sau izolați; aceasta le afectează și starea

biologică, ceea ce se face simțit în decursul anilor, prin apariția unor boli ca nevroza, cancerul pulmonar (din cauza tutunului), ciroza (provocată de alcool) etc.

Pe baza celor două transformări biologice și psihologice, tinerii merg mai departe în căutarea Eului. „Propriul eu” înseamnă a fi cineva pentru tine și pentru cei din jur, identitatea este un detaliu important în viață, care te face remarcat și deosebit. Fără o identitate proprie, ai nevoie să plagiezi pe cineva, după modul cum vorbește, cum se îmbracă sau se merge spre același mod de gândire, în speranța că cei din jur vor aprecia mai mult ceva ce nu ești, fără să fie remarcat faptul că ce se ascunde în suflet este mai valoros decât să te vezi sosia unui idol. „Cine sunt eu?” rămâne întrebarea frecventă în rândul adolescenților, deoarece nu este deloc ușor să te regăsești și să răspunzi cu cea mai mare încredere: „Eu sunt...” [2; 4].

Pentru a demonstra că identitatea este un lucru de o valoare incontestabilă și ceva mai presus de ființa noastră spirituală, propunem un mic test, reflectat într-o istorioară [1]:

„O femeie aflată în comă era pe punctul de a muri. Dintr-o dată, ea s-a simțit ridicată la cer și s-a trezit în fața Scaunului Judecății de Apoi.

- Cine ești ? a întrebat-o o Voce.
- Sunt soția primarului, a răspuns ea.
- Nu te-am întrebat a cui soție ești, ci cine ești tu.
- Sunt mama a patru copii.
- Nu te-am întrebat a cui mamă ești, ci cine ești tu ?
- Sunt învățătoare.
- Nu te-am întrebat ce profesie ai, ci cine ești tu?

În mod evident, femeia a fost trimisă înapoi pe pământ. Când s-a trezit din comă, femeia a decis să afle cine este. Și astfel, întreaga ei viață s-a schimbat.”

La fel și adolescenții se confruntă cu personalitatea lor, deoarece până la vârsta de 12-13 ani modelul lor în viață erau părinții, ei întruchipau perfecțiunea, dar deja la o etapă mai avansată înțeleg că este mai important să fii unic în felul tău [1; 2]. În urma depășirilor tuturor crizelor, adolescentul spune: „Eu sunt puternic.” În urma unor realizări ce le aduc succesul, ei spun: „Eu pot, pentru că sunt înțelept.” Și pentru că adolescența nu este unica etapă a vieții foarte anevoioasă, adolescentul afirmă: „Eu sunt mândru de mine, pentru că am reușit.”

Realitatea trecerii de la copil la o persoană matură reprezintă un proces care cuprinde o multitudine de lucruri negative, dar procesul nu poate fi complet, dacă la final nu se observă beneficiile pentru care a fost necesară suferința.

Adolescența este etapa cea mai curajoasă și plină de creativitate, ulterior valorificată pe tot parcursul vieții umane. Modul cum sunt parcurși anii de adolescență influențează direct restul vieții. Fiecare gând, tipar emoțional nou sau comportament adecvat are un potențial pozitiv în această călătorie, care deschide uși spre vârsta ce va urma. Vârsta respectivă are multe privilegii pentru evoluția ulterioară. Iată doar câteva dintre ele [2; 4]:

- Căutarea noului se naște dintr-un impuls accentuat în circuitele cerebrale ale adolescentului de căutare a satisfacției; acest lucru îl determină să fie motivat și foarte îndrăzneț în cercetarea trăirilor intense și încercarea lucrurilor noi din viață.
- Implicarea socială îl determină pe tânăr să-și lărgească numărul de prieteni și să formeze relații noi, pentru că astfel dobândește informații care îi pot fi utile. Relaționarea socială duce la bunăstare și prosperitate.
- Explorarea creativă le lărgește adolescenților orizonturile și nu le permite să fie afectați de *sine quo non* sau de monotonie, ci, din contra, creativitatea stârnește plăcerea de a da vieții culoare.
- Intensitatea emoțională le conferă tinerilor energie și momente care le aduc zâmbete și bucurii.

Adolescența vine cu o serie de schimbări, care sunt greu acceptate deodată. Această ieșire rapidă din copilărie marchează sfârșitul unui echilibru afectiv. Ei nu aleg intenționat drumurile cu impact negativ, ei doar au nevoie să fie înțeleși, iubiți, apreciați și au nevoie de autocunoaștere, căutând răspuns la întrebările: „Ce pot eu?”, „Care sunt limitele mele?”, „Voi putea face față cerințelor...?” etc. Uneori însă neacceptarea acestor lucruri are o explicație [1; 4].

Dornici de autonomie, ei deraiază de la drumul normal și nu înțeleg care le este misiunea, însă există mulți specialiști care sunt pregătiți să le vină în ajutor, pentru a-i îndruma spre o viață de adult mai liniștită. În vârtoarea minții apar multe idei, pe care adolescenții le explorează într-o manieră constructivă și creativă, dar altele pericolele, mai presus decât ambiția, le joacă feste și duc la dezechilibru moral și spiritual. În adolescență se trece prin ambele tipuri de vârtoari, acestea fiind strâns legate una de alta. Adolescența este o aventură palpitantă și depășirea tuturor dificultăților este un mare „admis” la examenul vieții. Ea te ține permanent în suspans doar pentru ca să fii sigur/ă că de acum încolo vei fi pregătit pentru decizii corecte și responsabilități asumate cu grijă.

### Bibliografie

1. Problemele adolescenților de azi: <http://wol.jw.org/ro/wol/d/r34/lp-m/102005242>
2. Crețu T. Psihologia vârstelor. Iași: Polirom, 2009. 377 p.
3. Racu I., Racu Iu. Psihologia dezvoltării. Chișinău: UPS „Ion Creangă”, 2007. 257 p.
4. Trofăilă L. Psihologia dezvoltării. Chișinău: SA „Reclama”, 2007. 264 p.