

Tuổi dậy thì có thể là thời kỳ gay go vì là lúc thanh thiếu niên trải qua những thay đổi lớn lao về thể chất lẫn tinh thần. Mọi việc có thể sẽ suôn sẻ hơn nếu cha mẹ hiểu biết những hành vi/thái độ và phản ứng có thể hầu như sẽ thấy nơi con mình trong thời kỳ này.

Phát triển từ Đứa Trẻ thành Người Lớn: Tuổi dậy thì

Ở nhiều nước, khi đến tuổi dậy thì thanh thiếu niên được xem là người lớn ngay lập tức. Cháu bắt đầu đi làm, có thể lập gia đình và có con.

Cháu chuyển thẳng từ tuổi thơ sang những vai trò của người lớn và đảm nhận những trách nhiệm tương tự như của cha mẹ.

Nếp suy nghĩ phương Tây

Trong xã hội phương Tây người ta tin rằng sau khi bước vào tuổi dậy thì trẻ em vẫn cần thêm một vài năm nữa để phát triển thành người lớn trọn vẹn.

Chúng tôi gọi thời kỳ này là thời gian giữa tuổi dậy thì và 'tuổi dậy thì' trảng niên.

Chỉ sau khi đã qua tuổi dậy thì, thanh thiếu niên mới được xem là sẵn sàng để đi làm toàn thời, sống độc lập và có con cái.

Tuổi dậy thì

Theo nguyên tắc chung đối với quan niệm hiện nay của nền văn hóa phương Tây, tuổi dậy thì được chia thành những giai đoạn khác nhau sau đây:

- Tuổi dậy thì giai đoạn đầu diễn ra trong khoảng từ 10 đến 14 tuổi.
- Tuổi dậy thì giai đoạn giữa diễn ra trong khoảng từ 15 đến 18 tuổi.
- Tuổi dậy thì giai đoạn cuối diễn ra trong khoảng từ 19 đến 24 tuổi.

Cho đến gần đây, đa số người cho rằng tuổi dậy thì chấm dứt ở tuổi 18, khi hầu hết thanh thiếu niên học xong trung học.

Ngày nay, thanh thiếu niên ở với cha mẹ lâu hơn trong lúc đang theo học đại học hoặc trường TAFE. Cháu phụ thuộc vào cha mẹ về tài chánh trong nhiều năm hơn trước đây.

Do đó, bây giờ người ta cho rằng tuổi dậy thì chấm dứt khi thanh thiếu niên được giữa độ tuổi hai mươi.

Đối phó với những thay đổi về cơ thể

Sự tăng trưởng về thể chất là một trong những thay đổi lớn lao nhất trong những năm tuổi dậy thì. Thể nhưng cũng có những thay đổi lớn về cách suy nghĩ, mối quan hệ và bản ngã.

- Đôi khi thanh thiếu niên có thể có tính khó chịu vì cháu trải qua những thay đổi về mặt tình cảm và nội tiết tố (hoóc môn).
- Cháu bắt đầu để ý nhiều hơn đến ngoại hình của mình, lời ăn tiếng nói và việc người khác nghĩ về cháu như thế nào.
- Cháu bớt cần lấy lòng cha mẹ và muốn lấy lòng bạn bè nhiều hơn.

Tập làm quen với những thay đổi về cơ thể

Thanh thiếu niên thường trở nên bẽn lễn hoặc kín đáo về cơ thể của mình khi cháu bắt đầu để ý thấy cơ thể của mình đang thay đổi nhiều.

Cháu bắt đầu tìm hiểu về tính dục và có thể muốn thử biểu lộ cảm xúc của mình qua ngoại hình.

Tầm quan trọng của tình bạn bè

Thanh thiếu niên bắt đầu coi trọng tình bạn bè hơn. Một số thanh thiếu niên chỉ muốn gần gũi bạn bè thôi. Dù đã gặp nhau cả ngày, vào buổi tối cháu vẫn gọi tin nhắn (sms) cho bạn bè hoặc nói chuyện với nhau qua điện thoại hay qua máy điện toán hàng giờ mà không chán.

Cháu không còn muốn quây quần với cha mẹ và gia đình nhiều nữa. Cháu:

- Tìm cách sinh hoạt độc lập.
- Tìm kiếm những kinh nghiệm mới.
- Thử qua những nhân cách mới.

Tờ Thông Tin Tình Thân Khăng Khít: Sự Phát Triển Tuổi Thanh Thiếu Niên

Thử những cái mới

Thanh thiếu niên thích thử nghiệm. Cháu suy nghĩ về con người của mình là ai và muốn trở thành người như thế nào. Cháu cố gắng tìm cho mình một nhân cách riêng.

Cháu sẽ thường thử:

- Kiểu tóc và trang phục mới.
- Nghe loại nhạc khác.
- Những sinh hoạt mới thay vì những sinh hoạt cháu vốn vẫn thích.
- Đi chơi nhiều hơn.
- Tìm bạn mới.

Liều lĩnh

Một số sinh hoạt mà thanh thiếu niên thử nghiệm có thể đầy rủi ro hoặc nguy hiểm chẳng hạn như:

- Sử dụng ma túy/thuốc gây nghiện và uống rượu.
- Phạm pháp – tội phạm.
- Quan hệ tình dục không an toàn.
- Lướt gió trên nóc xe lửa đang chạy.

Hãy nói chuyện với con về việc giữ gìn an toàn.

Cũng xin nhớ con quý vị cũng dễ bất chước thái độ/hành vi của chính quý vị.

Nếu quý vị uống rượu nhiều hoặc sử dụng ma túy/thuốc gây nghiện hay có người trong nhà phạm pháp, con quý vị dễ có suy nghĩ là cháu cũng có thể làm những điều đó.

Suy nghĩ độc lập

Thanh thiếu niên bắt đầu có những ý kiến và quan điểm riêng có thể khác với ý kiến và quan điểm của quý vị. Cháu có thể thường xuyên bất đồng ý với quý vị và đôi khi tức giận với quý vị.

Một số cha mẹ bị sốc khi con phát biểu thẳng thắn và không đồng ý với con. Nhưng con quý vị đang tập suy nghĩ độc lập.

Trong xã hội phương Tây, điều này được chấp nhận là một phần bình thường trong quá trình phát triển ở tuổi dậy thì.

Không giao tiếp với cha mẹ

Những cảm xúc mãnh liệt và tính tình thay đổi bất chợt ở tuổi dậy thì thường xảy ra. Hồi còn bé, con

quý vị tìm đến quý vị để được vỗ về hay để quý vị giúp đỡ khi gặp khó khăn.

Bây giờ có thể cháu sẽ tìm cách tự đối phó với những cảm xúc này hoặc nhờ bạn bè nâng đỡ. Cha mẹ cảm thấy buồn khi con không giao tiếp với mình nữa và không thể giúp con.

Tức giận

Trong tuổi dậy thì một số thanh thiếu niên thường dễ nổi giận. Giận dữ, đôi khi, là chuyện bình thường và có thể là điều tốt và giúp quý vị biết là cháu có vấn đề. Đồng thời, giận dữ cũng có thể làm cho chúng ta cảm thấy can đảm hơn để có thể có những quyết định khó khăn và thực hiện những quyết định đó.

Thế nhưng sự tức giận cần được biểu lộ một cách an toàn và ôn hòa.

Nếu đưa con tuổi dậy thì của quý vị có tánh bạo động, quý vị cần phải có biện pháp để giúp con kiềm chế tánh nóng giận. (xin xem tờ thông tin Đối Phó với Bạo Hành).

Thay đổi mối quan hệ với cha mẹ

Thanh thiếu niên tập có lối sống độc lập hơn. Nhiều nội quy của gia đình không hợp lý với cháu nữa. Có thể con quý vị vẫn chấp nhận một số sự giúp đỡ và hướng dẫn của gia đình nhưng sự việc này sẽ giảm dần khi cháu khôn lớn hơn.

Nhưng mối quan hệ gia đình khăng khít vẫn là yếu tố rất quan trọng đối với thanh thiếu niên.

Có lúc quý vị tưởng thanh thiếu niên dường như không để ý gì đến gia đình, nhưng thực tế không phải vậy. Biết gia đình tương trợ mình là điều tốt cho cháu. Cháu vẫn cần được biết là quý vị thương cháu.

➔ Những tờ thông tin liên quan

- Đối Phó với Xung Động
- Đối Phó với Bạo Hành

Tờ Thông Tin Tình Thân Khăng Khít: Sự Phát Triển Tuổi Thanh Thiếu Niên

→ Gợi ý trong Tờ Thông Tin này

- Trong xã hội phương Tây, người ta tin rằng sau khi bước vào tuổi dậy thì trẻ em vẫn cần một vài năm nữa để phát triển thành người lớn hoàn toàn. Chúng tôi gọi thời kỳ này là thời gian giữa tuổi dậy thì với 'tuổi dậy thì' trảng niên.
- Cha mẹ có thể sẽ dễ thông cảm và đối phó tốt hơn nếu được biết về những thay đổi hầu như sẽ xảy ra đối với tâm tánh và thái độ/hành vi của thanh thiếu niên trong tuổi dậy thì.
- Trong quá trình tập có suy nghĩ độc lập, có thể thanh thiếu niên sẽ không đồng ý với những ý kiến và nếp sinh hoạt của cha mẹ.
- Mọi quan hệ khăng khít của gia đình vẫn là yếu tố rất quan trọng đối với thanh thiếu niên. Các em cần được biết quý vị thương các em dù các em không ngoan.

Strong Bonds
Jesuit Social Services
PO Box 1141
COLLINGWOOD VIC 3066

Điện (03) 9415 8700
Điện thư (Email) info@strongbonds.jss.org.au
Trang mạng www.strongbonds.jss.org.au

