

12. Sosioemotionaalinen kehitys nuoruudessa

PROKRASTINAATIO

- = epämieluisien tehtävien ja töiden välttely
- Prokrastinaatio on tyypillistä nuorilla, joiden emotionaalisen säätelyn osa-alue on vielä kehittymätön
- Prokrastinaatio ruokkii itse itseään, sillä tehtävien lykkääminen aiheuttaa niiden kasaantumista, joka edelleen vaikeuttaa tehtäviin tarttumista

ITSENÄISTYMINEN NUORUUDESSA

- Itsenäistyminen on yksi nuoruuden tärkeimmistä kehitystehtävistä
- Nuoruudessa itsenäistyminen näkyy käytännössä esimerkiksi opintoihin liittyvinä päätöksinä
- Vanhemmat voivat omalta osaltaan tukea nuorta tämän itsenäistymisprosessissa antamalla nuoren selviytyä itse, mutta tarjoamalla kuitenkin mahdollisuuden apuun ja tukeen
- Ylisuojeleva ja kontrolloiva käyttäytyminen vanhempien taholta on puolestaan haitallista nuoren itsenäistymisprosessin kannalta

VUOROVAIKUTUSSUHTEIDEN MUUTOS

- Nuoruudessa vuorovaikutussuhteet muuttuvat siten, että vanhempiin otetaan etäisyyttä, siinä missä vertaissuhteiden painoarvo kasvaa
- Lisäksi vertaissuhteet saavat uuden merkityksen, kun kuvaan astuvat myös ensimmäiset seurustelusuhteet, joissa harjoitellaan sekä fyysistä että psyykkistä läheisyyttä toisen ihmisen kanssa eri tavalla kuin ennen

NUORUUDEN TUNNE-ELÄMÄ

- Tunteet voivat vaihdella laidasta laitaan nopeallakin aikavälillä
- Kaikilla nuorilla tunneilmaisu ei ole yhtä räiskyvää, mutta toisinaan voi havaita, että nuori ikään kuin taantuu takaisin lapsen tasolle tunneilmaisunsa osalta: tunteet ovat suuria ja niiden yli on vaikea päästä ilman aikuisen tukea