

Red. Monika Sarnacka

WYWIAD Z DR PSYCHOLOGII
HENRYKIEM KLIMASZEWSKIM
RZECZNIKIEM MŁODZIEŻOWEGO TELEFONU ZAUFANIA:

- **Na czym polega problem z tzw. trudną młodzieżą?**
- Bardzo często na przekonaniu, że dorośli wiedzą lepiej. Sukcesem jest, jeśli potrafią przyznać się do błędów wychowawczych i zgłoszą się z tym problemem do specjalisty. W Młodzieżowym Telefonie Zaufania odbieramy wiele telefonów od rodziców, stanowczo za mało jednak od nauczycieli. Uważam zresztą, że instytucja pedagoga szkolnego nie tylko jest w naszym kraju niedoceniana, ale też źle wykorzystywana – z porad pedagoga powinni bowiem w największej mierze czerpać nauczyciele. Spotkałem się jednak z przypadkiem, że chłopiec zwierzył się szkolnej pani pedagog, a ona przekazała to wszystko wychowawczynie. Bezpowrotnie straciła jego zaufanie. Więc nie o taką poradę chodzi.
- **Z jakimi problemami dzwonią młodzi?**
- Problemy te można pogrupować na trzy rodzaje. Największa grupa ludzi dzwoni z problemami „erotycznymi”, więc nie na długo ucieknie się przed pomysłem wychowania seksualnego w szkołach. Gros osób zgłasza problemy związane z relacjami rodzinnymi, z otoczeniem. Mniej jest osób z problemami egzystencjalnymi: religijnymi, światopoglądowymi, ale nie umniejsza to ich wagi. Znamienna w dzisiejszym młodym pokoleniu jest skłonność do rozwiązań ostatecznych: – np. 15-latka mówi: „jak się okaże, że jestem w ciąży, to się zabiję”.
- **Z czego wynikają problemy młodych?**
- Jako psycholog już po krótkiej rozmowie jestem w stanie ocenić, że mam do czynienia z neurotykiem. Nerwica nie jest przyczyną problemów, ale tego, że ludzie nie potrafią sobie z nimi radzić. Zawsze pytam o dzieciństwo, o rodziców. Jeżeli jako dziecko człowiek był świadkiem awantur, niekonsekwencji wychowawczych, to przez wiele lat jego organizm wydzieliał adrenalinę na wysokim poziomie – tak jak w przypadku

zagrożenia, kiedy organizm mobilizowany jest do walki. Tylko że walki często nie ma, a adrenalina szuka ujścia. Nie spalona, staje się toksyną. Jedynym sposobem na jej spalenie jest wysiłek fizyczny. Jeżeli tak wysoki poziom adrenaliny utrwał się od dzieciństwa, człowiek zawsze będzie przyzwyczajony do działania „na wysokich obrotach”. Taki człowiek nie znosi spokoju, stabilizacji, w takich sytuacjach odczuwa niepokój, dąży więc do sytuacji konfliktowych, w których napięcie w jego organizmie wzrośnie i podniesie się poziom adrenaliny. W szkole to są te dzieci, które w środku lekcji muszą przejść się z papierkiem, trzepnąć kolegę piórnikiem, napyskować.

- **Czego oczekują młodzi po Młodzieżowym Telefonie Zaufania?**
- Spotykamy się z głosami, że ich problemy są bagatelizowane, że dorośli nie potrafią ich słuchać. Tymczasem waga problemu powinna być oceniana z punktu widzenia dzwoniącego. Jeśli dziewczyna mnie pyta: „Czemu on się tak na mnie patrzy na każdej przerwie?”, ja wiem, o co chodzi, i dla mnie to bajka stara jak świat. Dla tej dziewczyny jednak to coś, co ją niepokoi.
- **Czy ma pan receptę na udane życie?**
- Swoim rozmówcom, oprócz rad doraźnych, zawsze mówię: czytaj mądre książki i uprawiaj sport. Książka uczy psychologii, życia; kto czyta, ten żyje dwu-, a nawet wielokrotnie. A sport? Bo ruch pozwala spalić adrenalinę, która wytwarza się w sytuacjach stresowych, jakich w naszym życiu, a zwłaszcza w życiu młodych ludzi, niemało.

RAMKA:

Młodzieżowy Telefon Zaufania w Warszawie
tel. **92-88** (od poniedziałku do soboty w godz. 10.00. – 20.00.)
adres skype: **mtz9288** (od poniedziałku do soboty
w godz. 15.00. – 20.00.)
e-mail: **mtz@mtz.waw.pl**
www.mtz.waw.pl

GDZIE SZUKAĆ POMOCY

Towarzystwo Pomocy Dzieciom – niesie pomoc (prawną, psychologiczną i materialną) dzieciom i młodzieży. Tu: informacje o ogniskach; tel. 826-27-15;

Ogólnopolskie pogotowie dla ofiar przemocy w rodzinie – Niebieska Linia tel./fax. (0-22) 666 05 59, tel. bezpłatny 0 800 120 002

Telefon Zaufania Kuratorium Oświaty w Warszawie, nr 828-22-65;

Infolinia dla osób z problemami psychicznymi lub ich rodzin;

tel. (0-22) 885 84 83 (pn.-pt., godz. 11–19).