

### KAMASZ PANASZ RENDAHAGYÓ KÖNYVTÁRI TALÁLKOZÓ DR. BABRIK ZSUZSA GYERMEKPSZICHIÁTERREL

2013. október 8-án az Országos Könyvtári Napok rendezvénysorozatának keretében szerveztünk találkozót kamaszkorú fiataloknak, hogy Babrik Zsuzsa gyermekpszichiátertől sok hasznos dolgot meghallgassanak a serdülés, a kamaszkor buktatóiról. Az előadás a *Kamaszkori útvesztők* címet kapta. A Zrínyi Miklós Gimnázium 8. osztályos tanulói vettek részt a rendezvényen.

Egy csodálatos popdallal indította a rendezvényt előadónk. A zeneszám alatt feliratozva ment a magyar fordítás. A dal arról szólt, hogy sokszor alulértékelik magukat a fiatalok, nem hiszik el, hogy ők is normálisak, nemcsak a felnőttek. Visszatérő, lényegyet kifejező refrénje a zeneszámnak: „nekem átkozottul tökéletes vagy”.

Kivetítőn figyelhettük az éppen aktuális témát, amelyről szó esett. Elsőként a kamaszkor *testi változásairól* beszélt Babrik Zsuzsa. Hogy mik ezek? Hát például: pattanások; szőrzet megjelenése; zsírpárnák; esetlenség; mutálás.



Következett a *Ki vagyok én?* problémaköre. Míg gyerekként elsősorban a szülők elvárásainak próbálunk megfelelni, kamaszkorban ez megváltozik. Ekkor már nem a szüleim gyermeke akarok lenni, hanem önmagam! Felvetődik a kérdés, hogyan képezem el a jövőmet, milyen célokat tűzsek magam elé.

*Talán nem is vagyok normális?* – ez a következő megválaszolendő kérdés ebben az életkorban. Előadónk kiemelte, hogy ilyenkor az önbizalom végletes szokott lenni; a kamaszok erős önvizsgálatot tartanak. Gyakran az a számukra követendő példa, hogy szembefordulnak a normálisok, a felnőttek világával; „az a jó, hogy nem vagyok normális”.

*A kortárs csoportok, a barátok* befolyása is megnövekszik ebben az életkorban. A diákok ilyenkor ugyanazon személyek ellen éreznek ellenszenvet. Fontos kérdés számukra, hogy elfogadják-e őt a többiek, ne közösítsék ki! Új viselkedési formák, új

## TUDÓSÍTÁSOK

---

öltözködési stílus jelenik meg náluk. A külsőségekkel az összetartozást, illetve az elkülönülést jelképezik.

Következő témakör a *szerелеm* volt. Ilyenkor a kamaszokat erős érzelmek, a kíváncsiság jellemzik. Több fajtája van a szerelmüknek: létezik a távoli, titkos szerелеm; illetve az elérhető szerелеm. Az a szó, hogy „kedvellek”, üzenetet közvetít a szeretett személy iránt. Az első fizikai kapcsolat a kézfogás, majd következik a csók, aztán a petting, végül a szeretkezés. Babrik Zsuzsa felhívta a figyelmet a szexualitás veszélyeire is (terhesség, nemi betegségek, stb.).

A *veszélykeresés* szintén a kamaszkor velejárója. Ilyenkor meggondolatlanok a tinédzserek, extrém helyzeteket is kipróbálnak. Gyakran lebecsülik a kockázatot (drog, alkohol, szex, sport, táplálkozás). Ebben az életkorban kezdenek foglalkozni a halál gondolatával. Elmélkednek az élet céljáról, a jövőjükéről. Sajnos, sokszor eljutnak az öngyilkosság gondolatáig. Szembefordulnak a felnőtt normákkal.

A *lelki zavarok* közül ki kell emelni a szorongást, a depressziót, a táplálkozási zavarokat, az öngyilkosságot.

A következő téma az úgynevezett *bullying, pszichoterror* volt. Gyakori jelenség, hogy a kamaszok terrorizálják egyes társaikat. Gyakori a zsarnokoskodás, kegyetlenkedés, megalázás, zaklatás, szívatás, kötekedés. És ami szomorú ezekben az esetekben, hogy akarattal hajtják végre a fentebb említett dolgokat!

Az előadás után Babrik Zsuzsa kötetlen beszélgetésre invitálta a hallgatóságát. Kérdéseket tehettek fel a diákok az őket érintő problémákról. Előadónk arra kérte a gyerekeket, hogy próbáljanak körülbelül húsz válasszal felelni a Ki vagyok én? kérdésre. Többek között az alábbi válaszok érkeztek: magyar vagyok, zrínyis vagyok; lovaglok; focizni szeretek; stb.

Ezután megköszönte előadónk a részvételt, elbúcsúzott a diákoktól. Elmondhatják a résztvevők, hogy egy tartalmas, érdekes előadás hallgatói voltak!

Fejesné Szabó Pirokska

