

Adultul in formare, intre criza si regasire

Scris de Apopi Mariana Diana
Marți, 17 August 2010 14:00 -



Odata ce ai trecut putin peste varsta de 20 de ani, lumea din jur te considera un adult. Nu vorbim de parinti fiindca ei vor avea toata viata “micile scapari” prin care te vor face sa-ti reamintesti ca esti inca copil, ci vorbim in general, de adultul care e in formare si definire. Perioada 22-28 de ani, in literatura de specialitate, se caracterizeaza prin doua impulsuri distincte ce apar la majoritatea persoanelor: **Datoria si dorinta de a explora cat mai mult din mediu si intr-o maniera cat mai diversificata** **Im**
pulsul interior si datoria de a se dedica familie si/sau profesiei

Etapa aceasta e o permanenta lupta de cautare si implinire, de autocunoastere. Ce anume ne dorim de la viata, care sunt asteptarile noastre, dar si ale celor dragi cu privire la propria noastra persoana? Adultii incearca sa se incadreze pe piata muncii, sa-si gaseasca un job care sa le satisfaca nevoile de baza. Apoi se avanta in lupta de cunoastere a sexului opus.

Barbatii incearca sa cunoasca cat mai multe femei pentru a o alege pe cea mai potrivita, in timp ce reprezentantele sexului frumos analizeaza calitatile si defectele partenerilor: “As putea sa trec cu vederea peste asta?”.

Ambele sexe dezvolta in aceasta perioada relatii foarte speciale cu alte persoane (Levinson, 1978). Reprezentantii sexului tare isi formeaza doua tipuri de relatii: una cu un mentor si cea de-a doua cu femeia iubita. Mentorul are rolul de a-l ajuta sa se dezvolte pe plan profesional, sa-si implineasca visul. Din partea acestuia primeste ghidare si sprijin. Il ajuta sa se afirme in randul celor ce lucreaza in acelasi domeniu cu el, ii ofera oportunitati, ii spune mici secrete de meserie si il pregateste pentru a deveni un specialist. Relatia poate sa sufere rupturi in momentul in care “ucenicul” atinge nivelul mentorului. Atunci isi va indrepta atentia spre o alta persoana de la care sa poata invata mult mai mult.

Relatia cu femeia speciala se bazeaza pe sprijin si daruire totala, ajutor in implinirea viselor. Vorbim de o relatie “totala” in care se comunica dorinte, se fauresc planuri de viitor, se gandeste formatul familiei etc.

Preocuparea femeilor in aceasta perioada este de a-si cauta partenerul potrivit. Chiar daca lucrurile s-au cam schimbat in ultimul timp, femeile cauta stabilitate financiara si incearca sa dobandeasca un job care sa le permita cat de cat sa se intretina, insa scopul lor este gasirea partenerului ideal. Ce inseamna partenerul ideal? Femeile au fost considerate de cele mai multe ori materialiste, insa din punct de vedere evolutionist este explicata foarte dragut aceasta tendinta de a cauta barbati care sa le asigure bunastarea pe termen lung, cu care sa formeze o

familie stabila, camin pentru viitorii mostenitori. Ideea de transmitere a genelor prin aparitia copiilor si asigurare a unui mediu protectiv, stabil financiar este preocuparea tuturor femeilor. Ele vad in barbat, familia si copiii, spatiul in care sa creasca si sa se dezvolte.

Criza intre 28-30 de ani

Unii ar spune ca a-i cam luat-o razna. Partenerul de viata se uita la tine si pare sa nu te mai recunoasca, iar tu in oglinda, te intrebi cine esti si cum ai ajuns aici. Intre 28 si 30 de ani se considera ca marea majoritate a oamenilor cunosc ceea ce poarta numele de “**criza**”.

E un moment de ratacire, de pierdere a identitatii, o balanta a ceea ce ai vrut sa faci si ceea ce ai reusit pana acum. Pare un bilant gen celui pe care il faci la sfarsit de an. Iata si caracteristicile acestei etape:

O dorinta profunda de a-si schimba modul in care a ales sa-si traiasca viata

Poate sa apara un episod depresiv major prin constientizarea a tot ceea ce nu a reusit sa faca, din cauza neindeplinirii viselor pe care le-a avut in anii anteriori

Apare o refocalizare, o distragere si dedicare dinspre familie spre profesie sau invers

Criza nu dureaza prea mult timp si de obicei ea se rezolva de la sine. Persoana are nevoie de timp sa gandeasca, sa reflecteze asupra propriei vieti, dar si sa comunice. O idee foarte buna ar fi sa incerci sa povestesti cu partenerul tau asa cum faceai la inceputul relatiei, sa incercati sa va regasiti si impreuna, sa fauriti planuri de viitor. Incet, prin reinstaurarea sperantei si a poftei de viata, prin micile schimbari pe care le puteti face, criza va trece mai usor, iar efectele nu ii vor fi resimtite atat de tare. Invata sa ai mare rabdare cu partenerul tau, ajuta-l sa se opreasca pentru doua secunde si sa regandeasca intreaga situatie, inainte de a lua o decizie. Asta e valabil atat in mediul lui profesional, in relatie cu prietenii sau cu sotul/sotia. Sprijinul celor din jur, increderea care ii e acordata, balanta reala cu dorintele puerile de la inceputul perioadei de adult si realizările de pana acum il vor ajuta sa treaca peste acest impas.

Scrie ne pe diana@sighet-online.ro

Despre autor

: Psiholog sub supervizare, student-masterand in cadrul Universitatii Babes-Bolyai, Cluj-Napoca, Masteratul de Psihologie Clinica, Consiliere si Psihoterapie, precum si Masteratul de Psihologia Sanatatii, anul 2;
Editor online: www.suntparinte.ro