**»IZZIVI ZGODNJEGA ODRASLEGA OBDOBJA«**

Prehod v odraslost kot sicer samostojno razvojnopsihološko obdobje, nakazuje *primarno prehodno naravo oz. nalogo obdobja* in bi ga skladno z izvornim poimenovanjem lahko imenovali tudi porajajoča se odraslost. To obdobje označujejo manj jasne normativne in demografske značilnosti, ni univerzalno in je med vsemi razvojnopsihološkimi obdobji, najmanj strukturirano. Raziskave kažejo na znatno heterogenost med t.i. razvitimi državami oz. skupinami držav, za katero so v Evropi značilne velike kulturno—zgodovinske, ekonomske, politične in druge razlike. Zato lahko domnevamo, da je socio—kulturno pogojeno in naj bi ne bilo utemeljeno zgolj v povezavi z možnostmi in perspektivami na področju zaposlovanja in stanovanjske politike ipd. Bolj ključne kot ekonomske, so za definicijo obdobja obsežne družbene spremembe, na katere morda tudi evolucijsko (še) nismo pripravljeni. Katere naj bi bile te ključne družbene spremembe in z njimi povezani življenjski stili? Evolucijsko utemeljeni ritmi so pogosto porušeni, značilna je pretirana tekmovalnost, pogosta je šibkost socialnih mrež, mnogi ljudje so kronično utrujeni in jim zmanjkuje časa, potenciale pogosto izkoriščamo do izgorelosti, tradicionalno določene vloge in pričakovanja se spreminjajo. Lahko rečemo tudi, da se soočamo s krizo evropske identitete na splošno, glede kritičnih situacij v sodobnih družbah pa si pogosto postavljamo napačna vprašanja.

Gre torej za zelo aktualno temo, ki do sedaj ni bila ustrezno naslovljena in je zatorej širše dokaj nerazumljena. Slovenija je bila pred časom v mednarodni študiji uvrščena na najvišje mesto glede na kategorijo osamosvajanja mladih oz. glede na »trend« podaljševanja oz. pomikanja razvojnega obdobja mladostništva. Posledice, ki se kažejo zaradi pretirano zaščitniškega starševskega odnosa, mladih ne opremi dovolj z življenjskimi veščinami in notranjimi viri, da bi se bili pripravljeni podati naproti življenjskim izzivom samostojne in polno odgovorne odraslosti.

Tema je z vidika sodobnega časa torej posebaj zanimiva zaradi številnih spremenjenih življenjskih potekov v današnji družbi, negotovosti zaradi ekonomskih posledic krize in pluralizaciji življenjskih stilov. Danes govorimo o mladih odraslih in spoprijemanju s številnimi novimi izzivi, tveganji, negotovostjo (pritisk na samske ženske po tridesetem, strah pred ostati sam, odpiranjem prostora različnim identitetam ipd.). Oblikovanje identitete v tem obdobju sloni na temeljnih področjih, kot so materialna suverenost in neodvisnost, vključno z vprašanjem vidika bivanja, področjem dela, prostega časa in poklica, odnosnimi vidiki ter nenazadnje področja življenjskih nazorov, vrednot ter oblikovanja okvirov smisla. Je »zakasnjena« odraslost res samo rezultat ekonomsko težeke situacije, ki mladim ne daje dovolj priložnosti ali gre za globlji vzrok?

Iz razvojno psihološkega vidika v povezavi z razvojem mladega odraslega lahko skozi *teorijo navezanosti*, ki predstavlja temelj človekovega poteka in razvoja, prepoznamo posledice za aktualne manifestacije v zgodnjem odraslem obdobju (problem neustrezne navezanosti, motnje v procesu separacije in individuacije, ipd.). V tem svetu, kjer vedno bolj prevladujejo fragmentirani odnosi in kompleksni vzorci življenja, je vedno več ljudi (še posebno mladih odraslih), ki nikoli niso imeli izkušnjo varne navezanosti.

Na drugi strani na to obdobje lahko vplivajo tudi morebitne *travmatske izkušnje* iz otroštva, zaradi česar se lahko spremenijo tudi stili navezanosti. Tukaj lahko najdemo povezave s stilom navezanosti v odraslosti, objektnimi odnosi, konceptom sebe, osebnostnimi motnjami ipd.

Obdobje porajajoče se odraslosti je pogosto opisano kot čas, ki »daje veliko osebne svobode in možnosti za raziskovanje življenjskih usmeritev«. Kontekstu svobode številnih možnosti bi morali dodati tudi s tem povezan občutek nepreglednosti in pomanjkanja orientacije. Ali niso namreč preštevilne informacije in nepregledne možnosti in okviri, ki so glede ključnih izzivov mladim na voljo, hkrati tudi neke vrste Tantalove muke, ki jih postavljajo pred izziv stalnega izbiranja, ki nima «prave« rešitve? Vse to postavlja pred velik izziv tudi psihoterapijo oz. za delo s to skupino ljudi.

Kako naj razumevanje podaljšanega prehoda v odraslost povezujemo z doživljanjem in stiskami te skupine ljudi? Koliko je ta skupina ljudi sploh dostopna za psihoterapijo in če je, zakaj se odločijo za psihoterapijo? Pri tem je pomembno vprašanje kaj je zdrava intra-psihična dinamika mladega odraslega človeka? Kakšni so uspešni terapevtski koraki, ki omogočajo osebnostno rast v tem obdobju? Kako se lahko v dobrem terapevtskem odnosu vzpostavi varna navezanost, kako to poteka iz vidika različnih stilov navezanosti ipd?

Na kakšen način se tako definirano razvojnopsihološko obdobje povezuje s pojavom »neskončnega« podaljševanja bivanja s starši, ki je v Sloveniji (»južnoevropski model«) značilno? Kako se s podaljševanjem prehoda v odraslost povezujejo nekateri, tudi v leposlovno literaturi opisani pojavi, npr. »*puer aeternus*«? Koliko odgovorov lahko dobimo s pomočjo medkulturnih študij? Kakšne so psihoterapevtske možnosti in kako lahko vplivamo na družbenem nivoju? Kaj ti družbeni in osebni procesi pomenijo za prihodnost družbe? Kako se podaljšan prehod v odraslost razlikuje glede na spol in kakšno vlogo ima to za psihoterapijo?

### Vsa ta in mnoga druga vprašanja vabijo k razmisleku, raziskovanju in sodelovanju (aktivnem ali pasivnem) na ***14. Študijskih dnevih Slovenske krovne zveze za psihoterapijo***, Zreče 2017.

Toplo vabljeni!

**dr. Tamara Trobentar**, *predsednica Programskega odbora SKZP, integrativna psihoterapevtka (SDP, EDP)*

**dr. Robert Masten***, izredni profesor za klinično psihologijo, integrativni terapevt (SDP, EDP)*