

Pirmieji pokyčiai

Psichologai paaugliais vadina vaikus nuo 11 iki 15 metų. Taigi augindami tokio amžiaus atžalą pastebite, kad, dar vakar prašęs jūsų dėmesio, šiandien sūnus (ar dukra) bendraudamas su jumis tampa uždaras, tylus, o kartais net agresyvus. Išreikšti savo vidinį pasaulį mėgins išoriniais simboliais.

Nenustebkite, jei vieną dieną jis plaukus nusidažys ryškia oranžine spalva, pasidarys tatuiruotę..

Tačiau šį sunkų laikotarpį jūsų vaikui dar labiau reikia meilės ir supratimo.



TĖVŲ ŠVIETIMO STUDIJA
2017

Kaip padėti vaikui išgyventi paauglystę

Netrukdykite vaikui suaugti —
geriau padėkite jam.



Raguvos gimnazija

RAGUVOS GIMNAZIJA 2017

5 SVARBIAUSIOS PAAUGLIŲ YPATYBĖS

1. Priešgyniavimas

Šiuo metu paaugliui vystosi ir kinta elgesio motyvacija.

- **Kaip tinkamai elgtis?** Tik tuomet, kai paauglys suvoks vieno ar kito užsiėmimo reikšmę ir svarbą jam pačiam, baigsis atsikalbinėjimai. Jūsų užduotis—pasitelkti išradingumą ir pateikti jam perspektyvas, kurios galėtų būti tvirtas argumentas, kad jis užsiimtų vienokia ar kitokia veikla. Moralai ir abstraktūs paaiškinimai padėtų gali tik pabloginti.

2. Dėmesys išvaizdai

Šiuo laikotarpiu itin sustiprėja domėjimasis savo išvaizda, paauglys pradeda labai išgyventi dėl trūkumų—neretai įsivaizduojamų.

- **Kaip tinkamai elgtis?** Jokiu būdu nepajuokite paauglio. Neatsargi pastaba apie išvaizdą—ir mintys apie tai ilgam nedings iš jo galvos. Geriau pavartykite madų žurnalus, įvardykite vaiko išvaizdos privalumus ir raskite būdą juos pabrėžti.



3. Poreikis bendrauti su bendraamžiais

Paaugliui svarbu bendrauti su sau lygiais. Be to, pirmieji žingsniai į suaugusiųjų pasaulį visada susiję su pirmąja meile.

- **Kaip tinkamai elgtis?** Jūsų supratimas, pokalbis iš širdies paaugliui susidūrus su emociškai sunkiomis situacijomis—neįkainojami. Jei jūsų vaikas į gimtadienį pakvietė visą klasę, padėkite jam suplanuoti šią nuostabią šventę.

4. Asmenybės nestabilumas

Paauglys blaškosi tarp skirtingų jausmų—aklo paklūnumo ir maišto prieš bet kokį spaudimą, tarp optimizmo ir pesimizmo. Jis jau suvokia, kad yra asmenybė, gebanti pati atsakyti už savo gyvenimą.

- **Kaip tinkamai elgtis?** Vienintelė galimybė išvengti pavojų—būti atsakingam už savo veiksmus, matyti tuos pavojus ir juos apeiti. O klaida—jo gyvenimo patirtis. Būkite pasirengę visada išklausti. Grasinimai neduos laukiamų rezultatų. Geriau taktiškai įspėkite apie galimas pasekmes.

5. Šiurkštumas ir pažeidžiamumas

Išorinio šiurkštumo ir vidinio pažeidžiamumo derinys—dar vienas paaugliams būdingas bruožas. Jūsų nerimas ir rūpestis gali priversti paauglį būti šiurkštu, ir tai, beje, normali gynybinė reakcija.

- **Kaip tinkamai elgtis?** Nepamirškite savo atžalos ginti nuo jūsų pačių. Nepamirškite jo pagirti, pastebėti jo sėkmę. Jei jis priėmė kokį nors sprendimą ir buvo teisingas, būtinai įvertinkite jo savarankiškumą. Nedemonstruokite mistinio suaugusiųjų pranašumo. Kalbėkite su

Kaip geriau pažinti paauglį?

Pamėginkite įvertinti, ar pakankamai gerai pažįstate savo vaiką, - pažaiskite, pildydami trumpą anketą. Ant popieriaus lapo užrašykite tokius klausimus:

Kas manyje patinka mano tėvams?

Kas manyje nepatinka mano tėvams?

Ką norėtumėte pakeisti santykiuose su tėvais?

Tegu į šiuos klausimus atsako kiekvienas šeimos narys. Tada palyginkite atsakymus. Taip galite patirti netikėčiausių atradimų, kurie leis labiau suartėti su vaiku, suprasti vieniems kitus.

