

# SVARBU TIEK VAIKUI TIEK TĖVELIUI MASLOW POREIKIŲ PIRAMIDĖ

*Maslow poreikių hierarchija pirmą kartą buvo pristatyta 1943 m. straipsnyje „Žmogaus motyvacijos teorija“.*

**Mūsų elgesys priklauso nuo poreikių patenkinimo.**

*Maslow įrodinėjo, kad žmogaus poreikių tenkinimas eina pagal tam tikrą seką, pvz., kol nepatenkint tokie fiziologiniai poreikiai kaip troškulys, šitas poreikis žmogui yra svarbesnis negu socialinių (pvz., bendravimo) poreikių tenkinimas.*



# **SVARBU BET KOKIO AMŽIAUS VAIKUI**

## **TĖVAI GALI LABAI DAUG**

*Tai tvirtas ryšys su tėvais. Tai besąlyginė tėvų meilė, palaikymas, nuolatinis domėjimasis vaiko savijauta, poreikiais, pasiekimais, mokėjimas šeimos rate spręsti sunkias situacijas, džiaugtis vieni kitų pasiekimais, mokėjimas susikalbėti, išreikšti įvairias emocijas, tinkamo pavyzdžio demonstravimas.*

***Vaikas mokosi ne iš kalbų, o iš darbų***



# BET KOKIO AMŽIAUS VAIKUI SVARBU

- Tėvai emociniai globėjai, saugumo garantas bei elgesio modelis.
- Taisyklių šeimoje buvimas. Padeda vaikui jaustis saugiu.
- Taisyklės galioja visiems šeimos nariams pvz. *valgydamas neskaitau laikraščio.*
- *Ribų buvimas suteikia saugumo jausmą.*
- Šeimos pasitarimai, kai priimami svarbiausi sprendimai.



# KODĖL???



# ŠIEK TIEK APIE PAAUGLYSTĘ

*Paauglystė tik vienas iš natūralių žmogaus amžiaus tarpsnių.*

- Paauglystė - tai gyvenimo tarpsnis tarp vaikystės ir suaugusiųjų amžiaus.
- Trukmė 12-18 metų .
- Ji trunka nuo fizinio lytinio brendimo pradžios iki tol, ko pasiekama savarankiško suaugusio žmogaus socialinė padėtis.
- Jos metu vaikas subręsta tiek fiziškai, tiek psichologiškai.
- Tiek fiziniai pasikeitimai, tiek psichiniai, labai suaktyvėja neuronų jungtys smegenyse.



# KAS VYKSTA

- Intensyvus fizinis kūno augimas.
- Lytinis brendimas.
- Hormoniniai pokyčiai.
- Laikini nervų sistemos pokyčiai, dėl kurių paaugliams būdingas dirglumas.
- Nuotaikų kaita.
- Poreikis maištauti.
- Atsiranda abstraktus mąstymas, gebėjimas argumentuoti.
- Idealizmas.
- Balta arba juoda. Patirties stoka.



# TĖVŲ KLAIDOS

- Blogiausia, kai tėvai, pirmi ima vengti paauglio.
- Atsiribojimas, kaip ir per didelė globa, yra kenksmingas kraštutinumas.
- Tokia netikėta laisvė vaikams sukelia daugiau problemų negu naudos.
- Nors paauglys kartais atrodo irzlus ir piktas, atsiskyręs ir abejingas aplinkiniam pasauliui, **jam reikalingas bendravimas su tėvais ir jų vadovavimas.**
- Stebuklingoji išėitis – tai pusiausvyra.
- Tėvų pareiga – iš šalies stebėti ir laiku įsikišus parodyti, jog gyvenime daug kas yra galima, tačiau egzistuoja taisyklės, kurių verta paisyti.



# PATARIMAI

- 1. Neatidėliokite svarbių pokalbių ateičiai.
- 2. Būkite supratingi.
- 3. Apgalvokite dėl ko verta kariauti.
- 4. Turėkite lūkesčių.
- 5. Informuokite paauglį ir save.
- 6. Gerbkite vaiko privatumą.
- 7. Stebėkite ką vaikai skaito ir žiūri.
- 8. Nustatykite protingas taisykles.
- 9. Svarbiems pokalbiams raskite tinkamą laiką, kai nereikia skubėti.
- 10. Domėkitės su kuo vaikas draugauja, leiskite vaiko draugams svečiuotis pas Jus.





# PRAKTINĖS REKOMENDACIJOS KAIP ŠNEKĖTIS SU PAAUGLIU „5 TAIP”

- Leiskite paaugliams būti blogos nuotaikos.
- Ramiai reikalaukite laikytis įsipareigojimų.
- Suteikite paaugliui daugiau laisvės ir stenkitės juo pasitikėti.
- Suraskite vietą ir laiko nuoširdiems pokalbiams apie gyvenimą.
- Padėkite paaugliui visapusiškai suprasti kitus žmones.



# PRAKTINĖS REKOMENDACIJOS KAIP ŠNEKĖTIS SU PAAUGLIU „5 NE”

- Nesivelkite į konfliktus, kai paauglys prieštarauja.
- Nereguliuokite paauglio kaip mažamečio vaiko.
- Įkyriai nekontroliuokite ir nelaužykite jo privatumo.
- Nepalikite paauglio likimo valiai.
- Nekritikuokite paauglio dėl to, koks pats esate ar buvote paauglystėje .



## KADA SUNERIMTI

- Paauglys numeta ar priauga daug svorio.
- Turi miego problemų.
- Greitai ir neatpažįstamai pasikeičia jo asmenybė.
- Staiga jis ima bendrauti tik su naujais draugais.
- Nuolat bėga iš pamokų.
- Suprastėja jo pažymiai.
- Kalba (arba juokauja) apie savižudybę.
- Ima rūkyti, gerti, vartoti narkotikus.
- Turi problemų su policija.



## KUR GALIMA KREIPTIS

- Vaiko raidos centras, Vytauto g. 15, Vilnius , tel. 8 5 2731422
- Vilniaus rajono centrinė poliklinika, Psichiatrai, psichologai, narkologai tel. 8 5 2476996
- Vilniaus priklausomybių ligų centras Vaikų ir jaunimo reabilitacijos skyrius tel. 8 5 213 7808
- Vilniaus rajono pedagoginė psichologinė tarnyba, Mickevičiaus g.16, Nemenčinė tel. 8 5 2439429



DĚKUI UŽ DĚMES!

