

*Rengimo šeimai ir lytiškumo ugdymo programos
metodinė medžiaga*

**SOCIALINĖS KOMPETENCIJOS UGDYMO 5 – 8 KLASĖSE PAMOKŲ
PAVYZDŽIAI**

Sudarė: Julija Sinicienė
Parengė: Birutė Obelenienė
Algirdas Petronis
Stasė Ustilaitė
Ginatutas Vaitoška

Vilnius 2012

TURINYS

ŠEIMA	3
I. Stabilių šeimos santykių komponentai – prisitaikymas, bendravimas, įsipareigojimas	3
II. Vaiko ir paauglio psichosocialiniai vystymosi tarpsniai ir juos atitinkantys baziniai poreikiai (pagal E. Eriksoną)	8
III. Vyro ir žmonos, tėvo ir motinos vaidmenys	11
SOCIALINĖS KOMPETENCIJOS UGDYMO 5 – 8 KLASĖSE PAMOKŲ PAVYZDŽIAI.	14
1. <i>Pamoka</i> „Tėvai ir vaikai“	16
2. <i>Pamoka</i> „Santykiai šeimoje“	17

ŠEIMA

I. Stabilių šeimos santykių komponentai – prisitaikymas, bendravimas, įsipareigojimas

Prisitaikymas vienas prie kito

► Dauguma šeimą sukūrusių porų pradinį 6–12 mėnesių etapą apibūdina kaip psichologinį medaus mėnesį. Dominuoja pasitenkinimas gyvenimu kartu, kartais tai sustiprina povestuvinė kelionė ar atostogos, nauja gyvenamoji vieta, įkurtuvės ar namų gerovės kūrimas, daug pozityvaus dėmesio iš draugų ir giminių. Visa tai užgožia galimus ar kylančius konfliktus, tarpusavio skirtumus, ypač tai būdinga pirmuosius pusę metų. Gyvenant kartu pamažu pradeda ryškėti nuomonių ir įpročių skirtumai, ydos ar blogi įpročiai, materialiniai ir rutinos iššūkiai arba tiesiog nuobodulys. Šiuos sunkumus lengviau įveikti poroms, kurios turi gana gerus bendravimo įgūdžius, skiria daug laiko pozityviam bendravimui, buvimui drauge, sveiką realizmo ir optimizmo jausmą, pasiryžimą drauge sutikti sunkumus bei iššūkius ir juos įveikti.

Šiuo etapu svarbu:

- vertinti laiką, leidžiamą kartu, juo džiaugtis ir po kelis mėnesius trukusio vestuvių džiaugsmo,
- sėkmingai derinti ir kurti balansą tarp darbo, šeimos ir poilsio poreikių bei įsipareigojimų,
- pastangos įgyti naujų bendravimo įgūdžių,
- kylančių sunkumų ir tarpusavio skirtumų priėmimas kaip normalaus šeimos gyvenimo elemento,
- bendros pastangos įveikiant sunkumus,
- džiaugsmas, kad sunkumai ir problemos sprendžiamos drauge.

1–3 metai po santuokos (priklausomai nuo poros) susižavėjimo jausmai atvėsta. Tai priverčia naujai pažvelgti į tarpusavio santykius, tenka priimti dalinio nusivylimo jausmus, nusiimti „rožinius akinius“. Sutuoktinis nebeatrodo „riteriu ant balto žirgo“ ar „nuostabia princese“, sumažėja romantiškų jausmų. Kasdienė rutina ir reikalai, gyvenimo smulkmenos rimtai išbanda sutuoktinių kantrybę ir savitvardą. Daugėja neatlieptų ar neišsakytų lūkesčių ir svajonių. Tai skatina ieškoti naujų prisitaikymo įgūdžių ir sugriauna iliuziją, kad pusvalandžio pokalbis ir geras humoro jausmas gali išspręsti visas problemas. Būdai, kuriais sutuoktiniai tvarkosi su kylančiais tarpusavio skirtumais, sunkumais, dažnai nulemia santykių kokybę ir patvarumą.

Šiuo etapu labai svarbu:

- pasitikti sunkumus ir nusivylimus, o ne vengti pripažinti,
- naudoti konstruktyvius bendravimo įgūdžius,

- ▶ prisiimti atsakomybę užuot kaltinus vienas kitą,
- ▶ išsikelti trumpalaikius tikslus ir spręsti praktinius klausimus,
- ▶ teikti prioritetą maloniam laiko leidimui kartu, nepaisant smulkių nesusipratimų, gebėti gauti paramą ar pagalbą.

1,5–3 metų laikotarpiu šeima įgyja formą, nusistovi gyvenimo kartu balansas, nauji bendravimo ir sunkumų įveikimo būdai susiformuoja. Sutuoktiniai geriau pažįsta vienas kitą.

Šio etapo uždaviniai yra:

- ▶ atskirti tai, kas bendra (laikas, interesai, domėjimosi sritys, draugai ir t. t.),
- ▶ galutinai įtvirtinti pagrindinius sunkumų įveikimo ir gyvenimo planavimo įgūdžius,
- ▶ taikyti platų rūpesčio, pagarbos, švelnumo, meilės rodymo būdų spektrą,
- ▶ kontroliuoti nekonstruktyvaus ir neefektyvaus reagavimo formas,
- ▶ turėti draugų ir pažįstamų, kurie užtikrintų sutuoktiniams reikalingą bendravimą,
- ▶ turėti bent jau bendrą ilgalaikių tikslų ir siekių nuojautą.

Sėkmingo bendravimo šeimoje elementai:

▶ Skirti laiko bendravimui. Daugelyje šeimų bendravimas laikomas natūraliu dalyku, kuriam nereikia skirti atskiro dėmesio ar specialaus laiko. Žmonės sako „Mes kalbamės, kai ką nors veikiame kartu“, „Mes kalbamės visada, kai esame kartu“. Tačiau šeimos kasdienybėje rutina, didelis užimtumas, didelis gyvenimo tempas, nuovargis, televizoriaus ar kompiuterio naudojimas laisvalaikiu ir kiti veiksniai lemia tai, kad sutuoktiniai mažiau bendrauja. Kartais yra prasminga skirti laiko bendravimui sąmoningai. Svarbu, kad laikas bendrauti būtų skiriamas ne tik sunkumams ir problemoms aptarti. Yra individualūs bendravimo poreikio skirtumai. Vieniems žmonėms jis yra stipresnis, kitiems silpnesnis. Svarbu, kad sutuoktiniai pažintų vienas kitą, pažintų savo skirtingumą. Tada šie skirtumai nebeatrodo tokie gąsdinantys. Pavyzdžiui, sutuoktinis, kuris turi didesnę bendravimo poreikį, kitam tylint, gali jaustis ignoruojamas, kritikuojamas ar pan.

- ▶ Mokėjimas kalbėti ir klausytis.

Bendrauti reikalingi du svarbiausi gebėjimai – klausymasis ir kalbėjimas. Svarbu, kad abu sutuoktiniai bendraudami turėtų galimybę ir kalbėti, ir klausytis. Vieniems žmonėms yra lengviau klausytis, kitiems kalbėti. Kartais apsikeitimas kalbėtojo ir klausytojo vaidmenimis poroje vyksta natūraliai, o kartais tam reikia sąmoningo dėmesio.

Kalbėtojo keliamos komunikacijos kliūtys: kalbėjimo garsumas – per daug garsiai ar tyliai kalba; per daug sudėtingi, detalūs ar sunkiai suprantami teiginiai; vienu metu bandoma aptarti kelias temas; susipainiojimas, sutrikimas kalbant; kūno kalba nesutampa su žodiniai teiginiais, pvz., šypsosi, nors

pyksta ar liūdi; per daug stipriai susirūpinęs klausytojo reagavimu; neįprasti, klausytojui nesuprantami teiginiai ar informacijos perteikimo būdas.

Sunkumai, kylantys dėl klausytojo: vietoj klausymosi užsiėmęs kažkuo kitu (darbai, televizija, apmąstymai ir t. t.); iš anksto numato, ką pasakys kalbėtojas, tik tai ir tegirdi; prieštarauja, pertraukia, komentuoja, neišklausęs iki galo; neklausia, nesitikslina, net jei kažko nesupranta.

Klausymasis gali būti labai įvairus, išskiriami keli būdai, kaip žmonės klausosi vienas kito.

► Klausymasis – rungtyniavimas naudojamas tada, kai klausytojui norisi įpiršti ar pateikti savo nuomonę labiau, nei suprasti kito žmogaus požiūrį. Tokiu atveju klausomasi tam, kad būtų surastos silpnos situotinio teiginių vietos, nelogiškumai ir juos kritikuojant pateikta savo nuomonė.

► Pasyvus dėmesingas klausymasis būna, kai klausytojas nuoširdžiai domisi tuo, ką kitas žmogus jam sako. Jis mano, kad tiksliai suprato kalbėtoją, todėl neklausia ir nesitikslina.

► Aktyvus klausymasis yra vienas iš svarbiausių ir efektyviausių bendravimo įgūdžių. Aktyviai klausantis yra nuoširdžiai domimasi tuo, ką sako kalbėtojas, bet neliekama pasyviu klausytoju. Klausytojas yra aktyvus, jis klausia, tikslinasi, ar teisingai suprato, ir tik tada formuluoja savo teiginius.

Aktyvus klausymasis leidžia išvengti nesusikalbėjimo ir nesusipratimų, kylančių dėl skirtingų bendravimo lygių. Priklausomai nuo to, ką žmogus nori išreikšti ir ką yra įpratęs išreikšti, jis gali daugiau dėmesio skirti:

- Klišėms („Kaip gyveni?“, „Gera!“, „Kas naujo?“, „Nieką“).
- Faktams.
- Mintims, nuomonėms, įsitikinimams, idėjoms.
- Jausmams, emocijoms.

Klausytojas daugiausia dėmesio skiria tam lygmeniui, kurį pats laiko svarbiausiu. Jis gali neatpažinti, kuris lygmuo yra svarbiausias kalbančiam situotiniui, tada pokalbyje pašnekovai tarsi prasilenkia ir abu jaučiasi nesuprasti. Pavyzdžiui, moteris prižiūrinti vaiką namuose, pasakoja vyrui, kaip ji pavargę ir kokia vieniša jaučiasi nuolat būdama namie. Jos pagrindinė žinia yra apie jos emocinį nuovargį, vienatvės jausmus. Jei vyras ją suprastų faktų lygiu, jis pradėtų siūlyti jai pradėti dirbti ar lankyti motinų klubą. Jei suprastų idėjų lygiu, pradėtų jai kalbėti apie tai, kokį svarbų darbą ji dirba prižiūredama vaiką, kad būtinas pasidalinimas pareigomis ir t. t. Ir vienu, ir kitu atveju žmona pasijustų nesuprasta ir vienišesnė.

Jei klausytojas neatpažįsta, kokio bendravimo lygio yra pagrindinis pranešimas, bendravimas nėra efektyvus. Yra didelis skirtumas tarp paprasto žodžių išgirdimo ir turinio, žinios supratimo.

Efektyvus klausytojas supranta mintį, įsijausdamas į kalbėtojo perspektyvą, pažvelgia į aptariamą situaciją jo akimis, net jei nesutinka su tokiu požiūriu, nepritaria tokiai nuomonei.

Klausytojui gali padėti pastangos, atsižvelgiant į pokalbio kontekstą, išskirti, kas yra svarbiausia – faktai ir detalės, mintys ir įsitikinimai, jausmai ir emocijos, poreikiai ir troškimai, ar viltys ir lūkesčiai. Svarbu stengtis suprasti, kaip jaučiasi kalbantysis, ir susilaikyti nuo per ankstyvų komentarų ir reakcijų. Jei sunku suprasti kalbantįjį, – klausti, tikslintis.

Gebėjimas išklaudyti ne tik leidžia geriau suprasti sutuoktinį, bet suteikia kalbėtojui jausmą, kad jis yra išgirstas ir suprastas, o tai svarbu geriems tarpusavio santykiams šeimoje.

Įsipareigojimas aptariamas dviem aspektais: atsidavimas ir pareiga. Asmeninis sutuoktinių atsidavimas vienas kitam, kylantis iš jų artumo ir rūpesčio vienas kitu. Jį sudaro:

- ▶ Noras būti kartu ateityje.
- ▶ “Mes” jausmas, suteikiantis poros jausmą, bendrumo ir artumo patyrimą.
- ▶ Didelį santykių reikšmingumą, – santykiai su žmogumi, kuriam įsipareigojame, mums yra prioritetiniai.

Pareigos santykiuose irgi turi pozityvią prasmę. Ji formuojasi santykiams plėtojantis ir yra susijusi ne tik su tarpasmeniniais santykiais, bet ir bendrais įsipareigojimais ir atsakomybės sritimis, tokiomis kaip vaikai, finansiniai įsipareigojimai ir t. t. Pareiga dažnai padeda šeimai įveikti sunkius santykių etapus ir krizes. Pareiga nesukuria gražių ir tenkinančių tarpusavio santykių savaime, pareiga veikia kaip stabdžiai, sulaikantys nuo impulsyvių, neapgalvotų sprendimų kriziniais momentais. Tuo atveju, kai šeimoje kartojasi smurtas ar kitos sunkios aplinkybės, pareigingumas gali aukai kelti jausmą, kad ji pakliuvo į spąstus.

Įsipareigojimas turi didelę įtaką šeimos gyvenimui. Visų pirma juo remiasi požiūris, kad šeimos santykiai yra ilgalaikiai ir kad juos reikia kurti ir palaikyti. Šią ilgalaikiškumo perspektyvą į šeimą atneša būtent įsipareigojimas. Ilgalaikiškumo nuostata padeda sutuoktiniams jausti pasitenkinimą tarpusavio santykiais nepaisant pakilimų ir nuosmukių. Antra – įsipareigojimas yra pasirinkimas atsisakyti toliau rinktis. Vakarų kultūroje labai aukštai vertinamas plataus galimybių spektro turėjimas gyvenime. Šios visuomeninės nuostatos nepalankiai veikia vienas kitam šeimose įsipareigojančius žmones. Atsisakyti toliau rinktis, susiaurinti savo galimybių spektrą tarsi reiškia savo gyvenimo nuskurdinimą. Bet šiuo atveju pradingsta tikroji įsipareigojimo prasmė – gyvenimo praturtinimas, pasirenkant kokybę vietoje kiekybės.

Vertybių panašumas, požiūrių į visuomenines ir bendražmogiškas normas, šeimos gyvenimo principus bendrumas, yra svarbus sėkmingų tarpusavio santykių šeimoje veiksnys. Tuo atveju, kai

šeimos narių vertybinės nuostatos skiriasi (tarp tėvų ir vaikų ar tarp tėvų), tai veikia kaip santykius šeimoje destabilizuojantis faktorius.

Kaip jau minėta, emocinių santykių kokybė šeimoje yra labai svarbus stabilizuojantis faktorius. Išskiriamos nuostatos, kurios labai destruktiviai veikia emocinių santykių kokybę.

- ▶ Polinkis mąstyti juoda – balta, gerai – blogai kategorijomis.
- ▶ Polinkis daryti perdaug plačius apibendrinimus („Taip būna visada“, „Amžinai tu nepatenkin-ta“, „Aš to niekada nesuprasiu“ ir t. t.).
- ▶ Neigiamo filtro naudojimas– selektyvus dėmesys neigiamai informacijai, neigiamiems reiški-niams ar veiksams. Teigiamos informacijos atmetimas kaip nereikšmingos, nesvarbios.
- ▶ Polinkis daryti greitas, skubias išvadas ir sprendimus, bandant atspėti kito žmogaus motyvus („Jis akivaizdžiai norėjo pasakyti, kad aš nieko nesuprantu...“), ir pesimistinės prognozes („Tikrai čia nieko nepavyks ir bus tik dar blogiau...“).
- ▶ Perdėtai emocingas santykis su aplinka.
- ▶ Piktnaudžiavimas imperatyvais („Aš privalau...“), kurie užgožia poreikiais grįstą motyvaciją („Man norėtūsi...“, „Aš pasiilgau...“, „Man reikia...“).
- ▶ Etikečių (supaprastintų apibendrinimų) klijavimas aplinkiniams („Tavo tėvas tinginys, o mama šventoji ...“).
- ▶ Įprotis prisiimti kaltę už įvykius, už kuriuos nėra atsakingas.

Psichologas R. Sternebergas išskiria tris meilės santykių komponentus:

- emocinį artumą, kuris patiriamas kaip atvirumas, įsitraukimas, tarpusavio palaikymas, bendru-mas, tyli bendrystė;
- aistrą, kuri patiriama kaip romantiški jausmai ir seksualinis intymumas;
- įsipareigojimą, kuris patiriamas kaip savitarpio palaikymas, meilės išreiškimas, ištikimybė, įsi-pareigojimo išreiškimas, atsidavimas.

Tyrimai rodo, kad poros santykiuose šie komponentai susilieja į vientisą patyrimą, kurį poros apibūdina kaip meilę. Jie nepaprastai svarbūs sėkmingiems tarpusavio santykiams.

Naudota literatūra

- ALBISETTI, V. *Santuokinės meilės terapija: kaip spręsti gyvenimo kartu problemas*. Iš italų kalbos vertė L. Striokaitė. Vilnius: Katalikų pasaulis, 2000. 150 p.
- BIKULČIUS, J. *Šeimyninio gyvenimo darna ir jos išsaugojimo paslaptys: mokomoji knyga*. Kaunas: Technologija, 1996. 122 p.
- CAMPBELL, A. *Meilė, santuoka, vaikai*. Iš anglų kalbos vertė V. Brazauskienė. 2-asis leidimas. Kaunas: Šviesa, 1995. 197 p.
- MATULIENĖ, G. *Šeimos psichologija: vadovėlis*. Kaunas: Technologija, 1997. 149 p.

- MIŠKINIS, K. *Šeima žmogaus gyvenime: knyga kiekvienam, norinčiam šeimoje siekti darnos ir išvengti nesklaidumų, užauginti gerus vaikus ir būti laimingam*. Kaunas: AB spaustuvė „Aušra“, 2003. 548 p.
- NAVAITIS, G. *Lietuvos šeima: psichoterapinis aspektas*. Vilnius: Tyto Alba, 1999. 192 p.
- NAVAITIS, G. *Psichologinis šeimos konsultavimas: teorijos ir metodai*. Vilnius: Tyto Alba, 2002, 270 p.
- NAVAITIS, G. *Psichologinė parama paaugliui*. Vilnius : Kronta, 2001. 183 p.
- PETRULYTĖ, A. *Bendravimo psichologija: mokymo (-si) priemonė*. Vilnius: VPU leidykla, 2004.39 p.
- PHILIPPE, M.-D. *Meilės gelmėse: pokalbis apie meilę, santuoką ir šeimą*. Iš prancūzų kalbos vertė E. Janulevičiūtė. Vilnius : Katalikų pasaulis, 2004. 335 p.
- PLUŻEK, Z. *Pastoracinė psichologija*. Iš lenkų k. vertė A. Baliulienė, E. Patiejūnienė. Vilnius: Amžius, 1996. 320 p.
- SONET, D. *Vykusi pora*. Iš prancūzų kalbos vertė D. Anglickienė. Vilnius: Vivida, 1997. 113 p.
- SUSLAVIČIUS, A. *Socialinė psichologija teisėtvarkos darbuotojams: vadovėlis aukštosioms mokykloms*. Vilnius: Lietuvos teisės akademijos leidybos centras, 1999. 275 p.
- SUSLAVIČIUS, A. *Paremiamoji psichologija: kaip įtvirtinti savąjį ego ir išlikti savimi*. Kaunas: Šviesa, 2000. 95 p.
- Šeimos laimės raktas*. Brooklyn, N.Y.: Watch Tower Bible and Tract Society of New York, 1996. 191 p.
- TRIMAKAS, K. A. *Asmenybės raida gyvenime*. Kaunas: Tarpdiecezinės katechetikos komisijos leidykla, 1997. 326 p.
- ŽELVYS, R. *Bendravimo psichologija*. Vilnius: Valstybinis leidybos centras. 1995.
- ŽEMAITIS, V. *Šeimos etika*. Vilnius: Rosma, 2005. 157 p.

II. Vaiko ir paauglio psychosocialiniai vystymosi tarpsniai ir juos atitinkantys baziniai poreikiai (pagal E. Eriksoną)

Svarbu, kad tėvai ir mokytojai žinotų svarbiausius psychosocialinius vystymosi tarpsnius ir juos atitinkančius bazinius poreikius ir sudarytų tinkamas sąlygas vaiko, paauglio psychosocialinei raidai, nuo kurios sėkmingų krizių išsprendimo priklauso asmenybės darna.

Žmogaus gyvenimo ciklo fazių schema, pateikiama E. Eriksono, rodo, kad kiekvienoje vystymosi stadijoje susiformuoja naujas darinys, kurio ankstesnėje stadijoje nebuvo ir kuris išreiškia asmenybės ir pasaulio, kitų žmonių ir paties savęs santykį.

Kūdikystė (0–1,5 metų) – formuojasi pamatinis pasitikėjimas ar nepasitikėjimas. Vaiko pasitikėjimas supančiu pasauliu ir kitais žmonėmis priklauso nuo to, kaip juo buvo rūpinamasi. Šiuo laikotarpiu ypač svarbu rūpestingas tėvų dėmesys. Kūdikis jaučia, kad yra mylimas, saugus, su juo bendraujama, žaidžiama. Laiku patenkinami jo fiziologiniai poreikiai (maisto, šilumos ir t.t.). Vaikas, kurio poreikiai tenkinami, įgyja saugumo jausmą – jis suvokia, kad šiame pasaulyje su šiais žmonėmis gali būti gana saugus. Neigiamai kūdikio psychosocialinę raidą veikia tai, jeigu jis ilgai paliekamas vienas, nemaitinamas, jaučia šaltį, staigius judesius, bauginančius garsus ar patiria motinos nervingumą, baimę, nenorą juo rūpintis. Jei vaiku rūpinamasi nepakankamai, jei jo poreikiai nepatenkinami, jis pradeda jausti baimę, nepasitikėjimą žmonėmis ir aplinka. Šiuos jausmus vaikas perneša į vėlesnes fazes. Nepatenkinus kūdikio poreikių ateityje, gali formuotis

nesocialus ir net psichiškai nesveikas elgesys, netikrumas dėl savo lyties (su galimu stipresniu polinkiu į homoseksualumą), nedrąsa bendraujant su kitais. Kita vertus, pasitikėjimo ir nepasitikėjimo krizė nėra galutinai išreikšta pirmaisiais vaiko gyvenimo metais. Ji būna ir vėlesnėse fazėse. Vaikas gali įgyti pasitikėjimo jausmą, jei tam bus sukurta palanki aplinka, taip pat jį prarasti, pavyzdžiui, tėvams išsiskyrus (ar) skiriantis.

Ankstyvoji vaikystė (1,5–3 metų) – autonomiškumas ar gėda ir abejonė. Šioje fazėje intensyviai vystosi vaiko motoriniai ir protiniai gebėjimai. Tėvai turėtų leisti vaikui „pasireikšti“: judėti, tyrinėti, laiptoti, atidarinti ir uždarinėti, pastumti ir patraukti, laikyti ir paleisti, pernelyg nevaržyti. Šis laikotarpis iš tėvų reikalauja nuoseklumo, kantrybės, nes vaikas viską stengiasi daryti pats ir dažniausiai pridaro tėvams daug rūpesčių. Jeigu tėvai pripažįsta, kad tokie veiksmai vaikui būtini, ir leidžia jam savarankiškai veikti, atsiranda autonomiškumo jausmas – vaikas suvokia, kad gali kontroliuoti savo impulsus, save ir savo aplinką (nors ir labai mažai). Jei tėvai nenuoseklūs, per daug kontroliuoja ir daro tai, ką vaikas gali atlikti pats, jei jų rūpinimasis vaiku peržengia ribas ir tėvai nuolat galvoja apie „nelaimingų“ atsitikimų pasekmes (saugo, kad neužsigautų, nesusiteptų, nesušlaptų, ko nors nesulaužytų), jie skatina gėdos ir abejonės jausmą kitų žmonių atžvilgiu, abejonę savimi. Tuomet vaikui sunku pajauti save kaip atskirą nuo viso kito ir suvokti savo lytinį tapatumą.

Žaidimo amžius (3–6 metų) – iniciatyvumas ar kaltės jausmas. Šiame amžiuje vaikas jau gali gana gerai savarankiškai atlikti įvairius motorinius veiksmus (bėgioti, važiuoti triračiu, karpyti), todėl prasiplečia jo galimybės. Išsiugdo jo kalba ir vaizduotė, todėl vaikas labai daug klausinėja. Jo žaidimai realūs, atitinkantys tikroviškus suaugusiųjų vaidmenis, ir idealūs – karalaitė, karo vadas. Neigiamai vaiko psichosocialinę raidą šiuo amžiaus tarpsniu veikia tėvų pasijuokimas iš „kvailių“ klausimų, žaidimų, pabrėžimas to, kas padaryta negerai, ir mažai paskatų. Tuomet formuojasi gėdos jausmas, sutrinka psichinės lyties vystymasis. Jei tėvai skatina vaiko savarankiškumą ir vaizduotę, išsiugdo iniciatyvumas.

Mokymosi amžius (6–11 metų) – meistriškumas (darbštumas) ar menkavertiškumas. Tai latentinis psichinės lyties vystymosi laikotarpis. Šiuo metu labai svarbu sudaryti sąlygas vaikui savarankiškai veikti (konstruoti lėktuvų modelius, gaminti valgi, siūti) ir pačiam pabaigti darbą, už tai paskatinus, pagyrus, ugdomas darbštumas. Kai vaikas neskatinamas, nekreipiama dėmesio į jo pastangas atlikti darbą, kai užuot paskatinus, vaikas yra menkinamas: „tu negali“, „tu nesugebi“, „tu sugadinsi“ – formuojamas menkavertiškumo jausmas.

Paauglystė (12–19 metų) – tapatybė (identiškumas) ar vaidmenų neaiškumas. Šiuo amžiaus tarpsniu vykstantys intensyvūs psichofiziniai pokyčiai paaugliui sukeli daug nepatirtų jausmų ir išgyvenimų. Naujas šios fazės darinys susijęs su ego identiškumo samprata (teigiama prasme) ir vaidmenų

neaiškumu (neigiama prasme). Šiame tarpsnyje paaugliui svarbu telkti į visumą ir integruoti įvairius socialinius vaidmenis. Integravimas savęs kaip mokinio, dukros arba sūnaus, draugo arba draugės, sportininko ir pan. padeda save geriau suvokti ir priartėti prie psichologinio savęs suvokimo – tapatumo. Jei paauglys įžengia į šią fazę su pasitikėjimu, autonomiškumu, iniciatyvumu ir meistriškumu, galima tikėtis, kad sugebės lengviau įveikti tapatumo krizę, ir priešingai, jei ankstesnėse fazėse neįgijo šių savybių, ši tikimybė mažesnė. Kai paauglys negali identifikuoti savo asmens dėl nesėkmingos vaikystės ar socialinių aplinkybių, lieka vaidmenų sumaištis – paauglys tampa paviršutiniškas, egoistiškas ir tenkinasi kūno malonumais.

Pastaraisiais metais vykstantys staigūs socialiniai ir technologiniai pokyčiai, tarp savęs konfliktuojančių vertybių pateikimas, vertybių, perteikiamų šeimoje, ir realaus daugelio visuomenės narių, tėvų elgesio neatitikimas apsunkina tapatumo suvokimą – paaugliams sunku suvokti ryšį tarp to, ko jie buvo mokomi vaikystėje, ir ką sužinojo vėliau. Kitaip nei ankstesnėse fazėse, kai tėvai tiesiogiai veikė psichosocialinę vaiko raidą, šioje fazėje jų vaidmuo mažėja ir ypač svarbūs tampa santykiai, identifikacija su bendraamžiais.

Tačiau jei paauglys ir neįgyja tapatumo paauglystėje, tai jis gali padaryti vėliau, susidūręs su įvairiais gyvenimo iššūkiais, nes žmogaus gyvenimas – tai nuolatiniai pokyčiai. Vienių problemų įveikimas kurioje nors gyvenimo fazėje dar nereiškia, kad jų nebus kitoje.

Naudota literatūra

- ALBISETI, V. *Būti draugais ar turėti draugų?: būdas pažinti save ir kitus*. Vilnius: Katalikų pasaulis, 2002. 120 p.
- BUTKIENĖ, G.; KEPALAITĖ, A. *Mokymasis ir asmenybės brendimas*. Vilnius: Margi raštai, 1996.
- ERIKON, E. H. *Identity: Youth and crisis*. New York : Norton, 1968.
- GUČAS, A. *Vaiko ir paauglio psichologija*. Kaunas, 1990.
- MIŠKINIS, K. *Pokalbiai su tėvais: mokomoji knyga*. Kaunas: LKKA, 2000. 236 p.
- PIKŪNAS, J. *Nuo asmens iki asmenybės*. Vilnius: Ateitis, 1990, p. 56–77.
- PLUŽEK, Z. *Pastoracinė psichologija*. Vilnius: Amžius, 1996. 320 p.
- SONDAITĖ, J. *Paauglystė – savojo „Aš“ kūrimas*. Psichologija Tau, 1985, Nr. 5, p. 42–45.
- TRIMAKAS, K. *Asmenybės raida gyvenime: egzistencinio apsisprendimo psichologija*. Kaunas: Tarpdiezezinės katechetikos komisijos leidykla, 1997. 326 p.
- VAIČIULIENĖ, A. *Paauglio asmenybės tapatumo raidos ypatybių ir šeimos struktūros santykis: daktaro disertacija: socialiniai mokslai, psichologija (06S)*. Vilniaus pedagoginis universitetas. Vilnius, 2000. 145 p.
- VAIČIULIENĖ, A. *Paauglystė – didelių permainų metas*. Vilnius: VPU leidykla, 1998. 36 p.
- ŽUKAUSKIENĖ, R. *Raidos psichologija*. Vilnius: Valstybinis leidybos centras, 1996. 364 p.

III. Vyro ir žmonos, tėvo ir motinos vaidmenys

Vaidmens šeimoje sąvoka apibrėžia socialines jos nario funkcijas, jo įprastą elgesį atsižvelgiant į jo statusą tarpasmeninių santykių sistemoje. Sukūrę šeimą sutuoktiniai prisiima vyro ir žmonos vaidmenis. Kiekvienas žmogus turi savitą įsivaizdavimą, kaip būti žmona, kaip vyru. Šį įsivaizdavimą formuoja asmeninė patirtis tėvų šeimoje, vertybinės nuostatos, kultūrinės normos ir t. t. Šis vyro ir žmonos vaidmens įvaizdis yra tik iš dalies sąmoningas, kartais deklaruojamos nuostatos gali labai stipriai skirtis nuo realių veiksmų.

Sukūrus šeimą, sutuoktiniai pamažu derina savo skirtingus įsivaizdavimus apie vaidmenis šeimoje. Dėl skirtumų paprastai kyla lūkesčių konfliktai, kai vienas sutuoktinis kažko tikisi iš kito ir jam tai atrodo savaime suprantama, o kitas net nežino, kad iš jo kažko tikimasi. Vaidmenų derinimas ir susipažinimas su kito lūkesčiais – labai svarbus procesas, ypač šeimos gyvenimo pradžioje. Vaidmenys lemia ir sprendimų priėmimą (kaip priimami sprendimai, ar bendrai, ar kuris nors vienas sutuoktinis turi didesnę ar lemiamą įtaką ir t. t.), pasiskirstymą darbais ir atsakomybės sritimis. Jei atsakomybės sritys, įvairūs darbai vertinami skirtingai, vienas sutuoktinių gali jaustis ne toks vertingas šeimoje. Nėra viena tinkamiausio modelio. Svarbu, kad abu sutuoktiniai ieškotų abiem pakankamai gero balanso.

Aptariant sutuoktinių vaidmenis šeimoje paprastai iškeliamas dominavimo ir paklusimo klausimas. Paprastai dominuojantis sutuoktinis prisiima daugiau atsakomybės už visos šeimos gyvenimą. Kartais vieno iš sutuoktinių dominavimas yra priimtinas kitam, nenorinčiam pačiam prisiimti atsakomybės, nors tai abipusis procesas. Į neatsakingą vaidmenį jis gali pakliūti vengdamas konfrontuoti su dominuojančiu sutuoktiniu. Jei antras sutuoktinis jaučia, kad atsakomybė iš jo atimama, kyla dominavimo ir paklusimo konfliktas.

Dominavimas sutuoktinio ar vaikų atžvilgiu gali pasireikšti įvairiomis formomis:

- ▶ dominavimas apdovanojimu, kai dominuojantis kontroliuoja aplinkinius, juos apdovanodamas už paklusimą. Dovanos gali būti materialinės, emocinės, pagyrimai, skiriamas laikas, pritarimas ir t. t.;

- ▶ dominavimas prievarta pasireiškia, kai dominuojantis asmuo griežtai kontroliuoja paklūstantįjį, nepriimtinas elgesys baudžiamas kritikavimu, emociniu spaudimu, materialiniu apribojimu ir t. t.;

- ▶ dominavimas kompetencija – dominuojantis asmuo traktuojamas kaip labiau kompetentingas, ir tai tampa jo galios kitiems šaltiniu;

► dominavimas autoritetu – kai dominuojantis asmuo yra sektino elgesio ir sugebėjimų pavyzdys.

Realybėje šie dominavimo šaltiniai susipina, vienosose situacijose pasireiškia vieni, kitose – kiti. Psichologinis dominavimas yra normalus santykių komponentas, jei jis naudojamas lanksčiai ir abiem sutuoktiniams priimtina forma. Dominavimas tampa problema, kai vienas sutuoktinių yra nuvertinamas ar nušalinamas nuo abiem svarbių sprendimų, jei jo poreikiai, norai, lūkesčiai laikomi antraeiliais dominuojančio sutuoktinio atžvilgiu. Svarbu, kad nebūtų pažeidžiamas lygiavertiškumo principas, svarbiausi strateginiai sprendimai būtų priimami bendrai, o atskirose gyvenimo ir atsakomybės srityse dominuotų tas, kuris yra kompetentingesnis arba labiau motyvuotas.

Kaip jau minėta, tas sutuoktinis, kuris kokioje nors srityje prisiima atsakomybę, natūraliai ten dominuoja. Todėl kraštutinis bandymas visiškai išvengti dominavimo ir paklusimo santykio šeimoje gali pasireikšti bendro gyvenimo dezorganizacija, chaosu ir nuolatiniais konfliktais, kai tik kuris nors pabando prisiimti atsakomybę. Kita vertus dominavimo – paklusimo santykis yra priešingas psichologinio artumo, bendrumo santykiui. Todėl jei poros santykiuose dominavimas yra per daug ryškus, sutuoktiniai gali stokoti emocinio artumo, bendrumo, vienybės jausmo.

Gimus vaikui, tėvai prisiima tėvo ir motinos vaidmenis, panašiai kaip kuriant šeimą prisiėmė vyro ir žmonos vaidmenis. Vaidmenų prisiėmimas yra procesas, kurio metu tėvai mokosi, kaip būti tėvu ir motina. Niekas šito nemoka iš karto. Prisiimant vaidmenis tampa labai svarbi tėvų vaikystės patirtis, būtent kaip su jais elgėsi jų tėvai. Gana dažnai pradiniu tėvų vaidmenų prisiėmimo etapu jauni tėvai nesąmoningai ar sąmoningai kartoja tai, kaip jų tėvai auklėjo juos vaikystėje. Kitas dažnai pasitaikantis elgesys yra pastangos elgtis priešingai, nei augino savi tėvai. Svarbu, kad tėvai neįstrigtų šiame pradiniame etape ir nuo savotiško tėvų scenarijaus pakartojimo ar protesto prieš jį pereitų prie autentiško savo tėvystės ir motinystės patyrimo.

Gana dažnai atsitinka, kad jauniems tėvams tenka konfrontuoti su aplinkiniais, norint išsaugoti tą vaiko auginimo būdą, kuris jiems atrodo priimtinausias. Jų pačių tėvai ar giminaičiai, medicinos įstaigų darbuotojai ir t. t. kartais imasi kritikuoti jaunų tėvų pasirinktą vaiko auginimo modelį, o jauni tėvai jaučiasi labai pažeidžiami, nes netvirtai jaučiasi tėvo ir motinos vaidmenyse.

Kitas svarbus klausimas – tai kylantys tėvų tarpusavio vaidmenų ir lūkesčių skirtumai. Auginant vaikus kiekviename jų vystymosi etape kyla naujų uždavinių ir kiekvieną kartą sutuoktiniams svarbu tarpusavyje suderinti savo nuomones ir lūkesčius. Tai nuolatinis procesas, kurio sėkmei didžiausią įtaką turi sutuoktinių gebėjimas aptarti problemiškus klausimus ir temas, rasti pakankamai gerus kompromisus. Ugdant vaiką sąlygiškai išskiriami tėviški ir motiniški komponentai. Motiniškumas siejamas su globa, natūralių poreikių patenkinimu, besąlygišku priėmimu, psichologinio saugumo jausmo suteikimu, švelnumu, gebėjimu atpažinti vaiko poreikius.

Tėviškais laikomi šie komponentai – taisyklių ir ribų nustatymas, skatinimas tapti savarankiškam, išsikelti tikslus ir siekius, skatinimas susitikti su sunkumais ir juos įveikti.

Šis išskyrimas yra gana sąlygiškas, nes abu komponentus gali perteikti ir tėvas, ir motina.

Naudota literatūra

ALBISETTI, V. *Santuokinės meilės terapija : kaip spręsti gyvenimo kartu problemas*. Iš italų kalbos vertė L. Striokaitė. Vilnius: Katalikų pasaulis, 2000. 150 p.

BAJORIŪNAS, Z. *Familistikos pagrindai (edukologinis aspektas): monografija*. Vilnius: VPU leidykla, 1994. 282 p.

BAJORIŪNAS Z. *Šeimos ugdymo mokslas ir praktika: studijų knyga*. Vilnius: Kronta, 2004. 71 p.

CAMPBELL A. *Meilė, santuoka, vaikai*. Iš anglų kalbos vertė V. Brazauskienė. 2-asis leidimas. Kaunas : Šviesa, 1995. 197 p.

FRIES, M. *Mūsų kūdikis verčia dieną naktį*. Iš vokiečių kalbos vertė L. Anilionytė. Vilnius: Alma littera, 2003. 78 p.

JACOBS, D. M. *Tvardykites: kaip tėvai turi bendrauti su vaikais*. Iš anglų kalbos vertė G. Jankauskienė. Kaunas: Šviesa, 2001. 136 p.

MIŠKINIS, K. *Šeima žmogaus gyvenime: knyga kiekvienam, norinčiam šeimoje siekti darnos ir išvengti nesklaidumų, užauginti gerus vaikus ir būti laimingam*. Kaunas: AB spaustuvė „Aušra“, 2003. 548 p.

NAVAITIS, G. *Psichologinė parama vaikui*. Vilnius: Tyto Alba, 1997. 181 p.

NAVAITIS, G. *Lietuvos šeima: psichoterapinis aspektas*. Vilnius: Tyto Alba, 1999. 192 p.

NAVAITIS, G. *Psichologinis šeimos konsultavimas: teorijos ir metodai*. Vilnius: Tyto Alba, 2002. 270 p.

PETRULYTĖ, A. *Bendravimo psichologija: mokymo (-si) priemonė*. Vilnius: VPU leidykla, 2004. 39 p.

PHILIPPE, M.-D. *Meilės gelmėse: pokalbis apie meilę, santuoką ir šeimą*. Iš prancūzų kalbos vertė E. Janulevičiūtė. Vilnius: Katalikų pasaulis, 2004. 335 p.

PIKŪNAS, J. *Meilės psichologija: monografija*. Kaunas: Pasaulio lietuvių kultūros, mokslo ir švietimo centras, 1998. 154 p.

PILECKAITĖ-MARKOVIENĖ, M. *Motinstės psichologija: metodinis leidinys aukštosioms mokykloms*. Vilnius: Presvika, 2004. 94 p.

PLUŽEK, Z. *Pastoracinė psichologija*. Iš lenkų k. vertė A. Baliulienė, E. Patiejūnienė. Vilnius: Amžius, 1996. 320 p.

Psichologija ir asmenybė. Jūs – neįgalus vaiko šeima [darbo patirtis. Medžiagą parinko ir apibendrina Aleksandr Avramenko; panaudoti Anykščių, Druskininkų, Šilutės ir Vilniaus miestų neįgaliųjų vaikų piešiniai]. 63 p.

Šeima ir tikėjimas: skaitiniai sutuoktiniams ir auklėtojams. 2-asis leidimas. Kaunas: Tarpdiecezinės katechetikos komisijos leidykla, 1996. 157 p.

SONET, D. *Vykusi pora*. Iš prancūzų kalbos vertė D. Anglickienė. Vilnius: Vivida, 1997. 113 p.

STENSONAS, D. B. *Tėvystė*. Iš anglų k. vertė Z. Ardickas. Vilnius: Katalikų pasaulis, 1994

SUSLAVIČIUS, A. *Socialinė psichologija teisėtvarkos darbuotojams: vadovėlis aukštosioms mokykloms*. Vilnius: Lietuvos teisės akademijos leidybos centras, 1999. 275 p.

SUSLAVIČIUS, A. *Paremiamoji psichologija: kaip įtvirtinti savąjį ego ir išlikti savimi*. Kaunas: Šviesa, 2000. 95 p.

TRIMAKAS, K. *Asmenybės raida gyvenime*. Kaunas: Tarpdiecezinės katechetikos komisijos leidykla, 1997. 326 p.

Daugiau informacijos galite rasti: Stasė Ustilaitė, Vida Gudžinskienė, Danutė Jakučiūnienė, Algirdas Petronis, Andrius Narbekovas, Gintautas Vaitoška, Birutė Obelenienė; „*Vaikų ir jaunimo rengimo šeimai programų rengimas*“: Mokomoji metodinė priemonė, Vilnius: Į pagalbą mokytojui, 2007, p. 33-63

SOCIALINĖS KOMPETENCIJOS UGDYMO 5 – 8 KLASĖSE PAMOKŲ PAVYZDŽIAI

Pagrindinis mokyklinis amžius sutampa su paauglyste, kuri dar yra vadinama sunkių permainų laikotarpiu. Paauglystės amžiaus ribos žmogaus gyvenime yra gana sąlygiškos. Pasaulinė Sveikatos Organizacija (PSO) paauglystę apibrėžia kaip laikotarpį tarp 10 ir 19 metų. Kai kurie autoriai paauglystės ribas nurodo esant tarp 12–18 metų. Tai lytinio brendimo periodas, kuriuo metu vyksta ryškūs kūno ir psichikos pokyčiai. Gerėjančios gyvenimo sąlygos, stiprėjanti radiacija, vaikų gimstamumas nuo vyresnių ir genetiškai nuo savęs nutolusių tėvų, nedidelis vaikų skaičius šeimoje, įvairių stresorių poveikis greitina vaikų fizinį augimą ir brendimą – akceleraciją. Ji mokslininkų nurodoma kaip viena iš ankstyvaus lytinio gyvenimo priežasčių.

Hipofizės ir lytinių liaukų hormonų bei nervų sistemos funkcijų aktyvėjimas sukelia ryškių funkcinų pakitimų (mergaitėms prasideda menstruacijos, o berniukams – poliucijos). Lietuvoje mergaitėms menstruacijos (menarchė) prasideda vidutiniškai 13,4 (12,2–14,5) metų, o berniukams poliucijos (ejakuliacija) – 14,7 (13,8–15,7) metų (Tutkuvienė 1995). Lyties organų vystymasis, hormonų pokyčiai organizme sužadina lytinį potraukį, padidėja seksualinis dirglumas.

Todėl yra labai svarbu, kad paaugliai galėtų pasikalbėti su artimu žmogumi apie kūne įvyksiančius ir vėliau vykstančius pokyčius, geriausia, kad berniukai kalbėtų su tėvu, o mergaitės – su motina. Jeigu tokios galimybės nėra – su kitu jiems artimu žmogumi. Taip pat svarbu, kad paaugliai būtų apsaugoti nuo įvairių seksualinių aplinkos dirgiklių.

Lytinis potraukis berniukams ir mergaitėms pasireiškia skirtingai. Nors mergaitės lytiškai bręsti pradeda anksčiau negu berniukai, tačiau seksualinių santykių poreikis dažniausiai atsiranda vėliau. Jos, bendraudamos su berniukais, pirmiausia siekia emocinio artumo, stengiasi sukurti artimus dvasinius ryšius. Draugystėje su berniukais mergaitės siekia tarpusavio supratimo, paramos ir dvasinės meilės. Berniukams jau pirmosios ejakuliacijos sukelia didelį malonumą. Todėl lytinis elgesiu jie dažniausiai siekia patenkinti savo norus. Bendraudami su mergaitėmis berniukai labiau siekia fizinio artumo. Jų lytinis potraukis gali pasireikšti atskirai nuo emocinio ir dvasinio artumo.

Todėl svarbiausias jaunų žmonių lytiškumo ugdymo uždavinys – išlaikyti lytinį potraukį mažiausios įtampos būklės tol, kol susiformuos gana stiprūs, proto valdomi vidiniai stabdžiai. Svarbu sudaryti tikrai stiprų vidinį pasipriešinimą įvairioms vidinėms bei išorinėms pagundoms. Dabartiniu metu yra nemažai progų erotinei vaizduotei dirbtinai įkaitinti (erotinio pobūdžio nuotraukos, filmai, žurnalai). Juose pavaizduotas nuogas žmogaus kūnas dirgina paauglių vaizduotę.

Šiuo tarpsniu ryškiau keičiasi kūno formos ir proporcijos, nevienodais tempais auga rankos ir kojos, išryškėja lytiniai skersmenų ir apimčių proporcijų skirtumai. Paauglio kūne vykstantys fiziniai pokyčiai sukelia psichologinę įtampą, „naujas kūnas“ suteikia nepatirtų jausmų. Todėl jis

kruopščiai tyrinėjamas ir dažniausiai retai pastebimi savi privalumai, nors trūkumai matomi ryškiausiai ir visada. Paaugliai išgyvena dėl savo kūno normalumo, jiems neramu, ar jie tokie kaip visi. Berniukai ir mergaitės dažnai reaguoja į pokyčius, vykstančius šiuo amžiaus tarpsniu, kaip į ligą ar nenormalų reiškinį. Mergaičių problema tampa kūno svoris. Jos ypač nerimauja dėl antsvorio, kuris brendimo periodu normalus reiškinys, nors kartais šis įsivaizdavimas apie savo kūną dažnai nėra objektyvus. Ypač jautriai reaguojama į bendraamžių ir suaugusiųjų pastabas apie kūno išvaizdą. Mergaičių teigiamas savęs vertinimas (savigarba) tiesiogiai susiję su savo kūno vertinimu. Jos, būdamos nepatenkintos savo kūnu, dažnai susergera grėsminga liga – anoreksija (nerviniu nenorėjimu valgyti). Berniukai nerimauja dėl žemo ūgio, mažo svorio, lyties organų dydžio, savo nerangumo, kuris susijęs su nevienodu atskirų kūno dalių augimu (šis įsivaizdavimas apie savo kūną kartais nėra objektyvus). Moksliniais tyrimais nustatyta, kad yra didelė priklausomybė tarp mergaičių fizinio patrauklumo ir kitų savojo „Aš“ aspektų subjektyvaus vertinimo. Priešingai – berniukai šiuos aspektus aiškiai skiria. Berniukas, neigiamai vertinantis savo išorę, gali didžiuotis savo socialinėmis bei intelekto savybėmis.

Šiuo amžiaus tarpsniu keičiasi paauglių mąstymas. Svarbiausia paauglystės laikotarpio naujovė yra gebėjimas mąstyti remiantis žodžiais suformuluotomis hipotezėmis, o ne tik konkrečiais objektais ar veiksmais su jais. Todėl paaugliai jau pastebi kai kurių žmonių mąstymo prieštarumą, supranta, kad kartais žmonių idealai nesiderina su jų veiksmais. Suaugusiųjų kalbos apie moralę nieko vertos, jei jų pačių elgesys skiriasi nuo paaugliui keliamų reikalavimų. Jeigu paauglį veikia amorali socialinė aplinka, maža tikimybė, kad ugdytojai pajėgs uždrausti paaugliams turėti lytinių santykių. Ši tikimybė dar labiau sumažėja, jei tokį jų elgesį skatins visuomenė, propaguos žiniasklaida, o problemai spręsti bus siūlomos tik šiuolaikinės kontracepcijos priemonės.

Paaugliai, vertindami savo elgesio patirtį, mąsto egocentriškai. Dažnai jie mano, kad jų asmeninis patyrimas yra unikalus ir suaugusieji negali jų suprasti. Todėl jie dažnai pervertina savo galimybes ir savo pačių atsparumą prieš draugų daromą sąmoningą ar nesąmoningą spaudimą vartoti narkotikus, alkoholį, turėti lytinių santykių.

Paauglystėje atsiranda nepriklausomybės poreikis, noras tapti subrendusia, nepriklausoma ir atsakinga asmenybe. Keičiasi santykiai su tėvais.

Paaugliai socialinių normų požiūriu pirmą kartą atsiduria dviejuose poliuose. Suartėdami su bendraamžiais, jie vis labiau pastebi kontrastą tarp naujųjų santykių ir vienpusiškų santykių su tėvais, kurie siekia, kad paauglys prisitaikytų prie jų normų ir standartų. Tada jam tenka integruoti jau minėtus pasaulius savo asmenybėje ir išmokti bendrauti su suaugusiaisiais šeimoje ir už jos ribų. E. Eriksonas pažymi, kad sėkmingai išspręsti paauglystės krizę paauglys gali integruodamasis su bendraamžiais ir nutoldamas nuo tėvų.

Paauglystės periodas pasižymi tuo, kad dauguma paauglių jaučiasi vieniši ir nesuprasti, ypač suaugusiųjų. Todėl kuo prastesni paauglio santykiai su tėvais, ypač berniuko su tėvu, tuo labiau jis nori priklausyti pasirinktai bendraamžių grupei ir paklusti jos normoms, perimti jos vertybes, kurios ne visada pageidautinos visuomenei. Vidiniai motyvai, dėl kurių paauglys nori priklausyti tam tikrai draugų grupei, yra skirtingi. Jie gali būti svarbūs savosios vertės patvirtinimui, bendravimo įgūdžių lavinimui, emocinio bendravimo poreikio patenkinimui (ypač jei jis nėra patenkinamas bendraujant su tėvais). Bendraamžiai yra svarbiausias informacijos šaltinis, iš kurio paauglys sužino daugelį atsakymų į jam aktualius klausimus ir ypač – į seksualinius.

Paauglystėje išgyvenamas vidinis konfliktas: norima būti savarankiškam ir nepriklausomam nuo tėvų, kita vertus – priklausyti atraktyviai grupei, būti jos nariu. Pastebima, kad šeimos, ypač tėvo, poveikio sumažėjimas padidina paauglio berniuko identifikavimąsi su grupe, sudarydamas vadinamąjį bandos efektą, t. y. norą būti kaip visi. Paaugliui būdingas konformizmas: paklusimas bendraamžių reikalavimams. Tai ypač pasireiškia paauglio elgsenos stiliumi ir estetiniais vertinimais.

1.Pamoka „Tėvai ir vaikai“

Vaiko tikrovės supratimas prasideda nuo kasdienių santykių su tėvais, su daiktais. Tai turi įtakos tolesniam bendravimui su žmonėmis. Kad tėvų ir vaikų tarpusavio santykiai išliktų draugiški, o bendravimas nuoširdus ir pagarbus, tėvai turėtų būti labai taktiški ir draugiški. Jiems reikėtų ne tik pastebėti vaiko klaidas, barti už nesėkmes, bet ir mokėti padrašinti vaikus žodžiais: „Man patiko, kaip tu padarei“. Tėvai turėtų santūriai žvelgti į vaiko klaidas ir nesėkmes, smulkias pražangas, nes tai padėtų pašalinti baimės atmosferą šeimoje. Reiklumas turėtų būti derinamas su pagarba vaiko asmenybei. Vaiką reikia atidžiai išklaudyti, sužinoti jo norus ir siekius. Jie taip pat nori būti reikšmingi ir tam dažnai reikia tėvų pritarimo. Tėvai neturėtų apkrauti vaiko neįvykdomais reikalavimais, tikėtis, kad vaikai galės įgyvendinti jų neišsipildžiusias svajones, neprimesti savo pažiūrų, valios.

Tikslai:

- ▶ išnagrinėti konfliktines situacijas, kylančias tarp tėvų ir vaikų;
- ▶ ugdyti gebėjimą rasti geriausius jų sprendimo būdus;
- ▶ ugdyti pagarbą kiekvienai asmenybei.

Priemonės: popieriaus lapai ir rašymo priemonės.

Metodai: konkrečių situacijų nagrinėjimas, vaidinimas rolėmis.

Eiga:

Mokinius suskirstome į grupes. Paprašome, kad kiekviena grupelė užrašytų konfliktinę situaciją, kurią teko patirti bendraujant su tėvais. Grupelės pasikeičia situacijomis.

Skiriame užduotis:

Surasti visus galimus situacijos sprendimo variantus.

Suvidinti tinkamiausią, jų manymu, sprendimo būdą.

Paiškinti, kodėl kaip tik šis sprendimo būdas buvo pasirinktas.

2. Pamoka „Santykiai šeimoje“

Šeima prasideda nuo santuokos, kurios sėkmės pagrindas yra ne tik meilė, bet ir abiejų sutuoktinių subrendimas gyventi bendrą gyvenimą, užsiimti bendra kūryba ir vaikų auginimu bei auklėjimu. Santuokoje turi būti derinami bendro gyvenimo tikslai, netrukdamas sau ir kitam ieškoti savojo Aš, pasitikėjimas vienas kitu, moralinė atsakomybė, dalijimasis džiaugsmu ir sunkumais.

Tikslai:

- ▶ aptarti sėkmingos santuokos sąlygas;
- ▶ išsiaiškinti tėvo ir motinos vaidmenis šeimoje.

Priemonės: dideli popieriaus lapai, rašymo priemonės.

Metodai: „minčių lietus“, diskusija.

Eiga:

Mokinius suskirstome į keturias grupes ir kiekvienai iš jų paduodame didelį popieriaus lapą su skirtingu užrašu:

Ko reikia, kad santuoka būtų sėkminga?

Dėl ko išyra santuokos?

Kokias pareigas šeimoje atlieka tėvas?

Kokias pareigas šeimoje atlieka motina?

Grupelė, užpildžiusi lapą, perduoda jį kitai, o ši turi papildyti – ir taip lapas „apkeliauja“ visas grupes. Baigus darbą, popieriaus lapai iškabinami lentoje ar ant sienos. Vienas kiekvienos grupelės atstovas juos perskaito, paskui diskutuojama.