

*Rengimo šeimai ir lytiškumo ugdymo programos
metodinė medžiaga*

**SOCIALINĖS KOMPETENCIJOS UGDYMO 9 – 10 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 9–10 KLASĖSE PAMOKŲ PAVYZDŽIAI	14
1. <i>Pamoka</i> „Konfliktų šeimoje sprendimas“	17
2. <i>Pamoka</i> „Šeima ir sugyvenimas“	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 išbando 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 neliukama 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?“, „Niekas“).
- 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, vienišumą 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, kokią svarbą darbą ji dirba prižiūradama 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.
- PLUŽEK, 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 psichosocialiniai vystymosi tarpsniai ir juos atitinkantys baziniai poreikiai (pagal E. Eriksoną)

Svarbu, kad tėvai ir mokytojai žinotų svarbiausius psichosocialinius vystymosi tarpsnius ir juos atitinkančius bazinius poreikius ir sudarytų tinkamas sąlygas vaiko, paauglio psichosocialinei 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 psichosocialinę raidą veikia tai, jeigu jis ilgai paliekamas vienas, nemaitinamas, jaučia šaltį, staigius judesius, bauginančius garsus ar patiria motinos nervingumą, baime, 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, laiptuoti, atidarinėti 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 pajusti 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 „kvailų“ 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 sukeliadaug 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 savaiame 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 9 – 10 KLASĖSE PAMOKŲ PAVYZDŽIAI

Paauglystės laikotarpiu intensyvūs pokyčiai vyksta ne tik paauglio kūne, bet keičiasi ir psichika. Paauglys pamažu pajunta savo individualumą, suvokia savo vietą išoriniame pasaulyje, numato ateities planus, supranta pareigas ir teises. Jis siekia būti savarankiškas, išsilaisvinti iš tėvų globos, nustato naujus santykius su aplinkiniais. Tuomet kinta ir santykiai su savo bei priešingos lyties atstovais. Sustiprėja paauglio domėjimasis priešingos lyties asmeniu, prasideda abipusė vaikinų ir merginų draugystė. Paauglių draugystė nėra susijusi vien su lytinio potraukio tenkinimu, tai daugiau savo tapatumo paieškos. Todėl tėvai / globėjai neturėtų pašiepti ar drausti bendrauti su priešingos lyties asmeniu, o skatinti paauglio atsakomybę už savo veiksmus. Drausdami tėvai verčia tai juos daryti slapta, be to, draudimas uždraustus dalykus daro geidžiamus. Tėvų pagarba paauglio jausmams, poreikiams, rūpesčiams yra būtina sąlyga geriems tėvų ir paauglių tarpusavio santykiams, paauglio pasitikėjimui jais.

Tėvams nėra lengva kalbėtis su paaugliu lytiškumo klausimais, nes tokie pokalbiai su artimais žmonėmis sukuria įtemptą emocinę atmosferą. Tėvai ir paaugliai tuomet jaučiasi nesaugūs. Psichologai teigia, kad nemažai tėvų, kai jiems reikia kalbėtis lytiškumo klausimais su paaugliais, patiria stresą, jaučia baimę ar gėdą. Žinoma, jeigu tėvų ir paauglių tarpusavio santykiai nėra artimi, jeigu tėvai neskiria pakankamai dėmesio lytiniam brendimui ir nesidomi paauglio santykiais su priešingos lyties asmeniu, jo mintimis, tai ir paauglys nebus linkęs pasidalyti savo išgyvenimais su tėvais.

Normaliai psichinei lyties raidai labai svarbūs ir tėvų tarpusavio santykiai, jų rodomas pavyzdys, emocinė atmosfera šeimoje. Robin Norwood (2004), santuokos, šeimos ir vaikų psichoterapeutė, pateikia keletą disfunkcinės šeimos požymių, kurie neigiamai veikia psichinę lyties raidą: girtuokliavimas ar narkotikų vartojimas; kompulsyvus elgesys (persivalgymas, lošimas, išlaidavimas, dietos laikymasis ir t. t.); fizinis smurtas prieš sutuoktinį ar vaiką; nuolatiniai ginčai ir įtampa; ilgi laikotarpiai, kai tėvai nekalba vienas su kitu; prieštaringas tėvų elgesys dėl skirtingų vertybių ar požiūrių; pabrėžimas tam tikrų taisyklių laikymosi, o ne tarpusavio bendravimas. Visa tai suteikia paaugliams sunkių išgyvenimų ir neleidžia užmegzti artimų santykių su tėvais, o vėliau ir su priešingos lyties asmeniu.

Lyties organų vystymasis, suintensyvėjusi lytinių hormonų veikla organizme sustiprina lytinį potraukį, padidina seksualinį dirglumą. Instinktai pradeda konfrontuoti su dar nesustiprėjusiu ego. Paaugliui labai svarbu išmokti valdyti savo lytinį potraukį, norus ir emocijas. Svarbu, kad paauglys suvoktų, jog negalima patenkinti visų savo poreikių, o kitu asmeniu negalima pasinaudoti kaip prie-

mone tenkinti seksualiniams poreikiams. Vėlgi tėvų / globėjų tarpusavio santykių pavyzdys čia yra labai svarbus.

Paauglystėje mergaitėms lengviau save tapatinti su savo lytimi nei berniukams. Mūsų visuomenėje didžiąją laiko dalį vaikais rūpinasi daugiau motina, darželyje auklėtojos – moterys, o ir mokykloje dauguma mokytojų – moterys, todėl berniukams atrasti savo lyties tapatybę kur kas sunkiau. Be to, visuomenė ir bendraamžių grupės toleruoja moterų seksualinių vaidmenų įvairovę (jos gali susikabinti rankomis, bučiuotis), o griežtų vyriškumo kanonų nepaisymas paaugliui gali sukelti daug psichologinių sunkumų. Vyro tapatybė suvokiama siauriau. Ji nusakoma vienareikšmiškais kriterijais, ir juos pažeisdamas paauglys rizikuoja būti atstumtas. Iš paauglio reikalaujama, kad jis prisiimtų aiškų, socialiai pateisinamą lyties vaidmenį, priešingu atveju nukentės jo statusas grupėje, jis praras heteroseksualių santykių galimybę.

Daugelis paauglių linkę vyriškumą ir moteriškumą painioti su lytine orientacija. Berniukas, kuris neatitinka subjektyvių „vyriškumo“ reikalavimų, ar mergaitė, kuri pernelyg panaši į berniuką, įtariami esą homoseksualūs. Bijodami sukelti įtarimų dėl homoseksualumo paaugliai atvirai nekalba ar kalba neigiamai.

Paaugliai berniukai ypač atkakliai gina savo vyriškumą ir bijo visko, kas gali šį įvaizdį sumenkinti. Jie nuolat save lygina su kitais. Pavyzdžiui, lygina savo varpą su kitų bendraamžių ir nerimauja, jei ji atrodo mažesnė. Jie nekalba apie šį nerimą, tik leidžia jam augti ir bando kitais būdais įrodyti savo vyriškumą. „Tikrojo vyriškumo“ bei populiarumo tarp draugų išraiška gali tapti ir ankstyvas seksualinis patyrimas, kuris neigiamai veikia abiejų lyčių fizinę ir psichinę raidą. Lytiniai santykiai yra glaudžiai susiję su paauglių mergaičių psichika, jos skaudžiau nei vaikinai išgyvena lytinių santykių pasekmes.

Šiame amžiuje žmogus pradeda domėtis, kas jis esąs, ko siekia gyvenime. Pagrindinė šio laikotarpio problema yra intensyvus savęs suvokimas, savo vaizdo susidarymas, gyvenimo pozicijos ieškojimas. Tai yra savo tapatumo įtvirtinimas. Paaugliui rūpi kitų žmonių mintys, ką jie apie save galvoja, o kartais net liguistai rūpi, ką kiti galvoja apie jį. Tai savaimingas siekis atsakyti sau į klausimą: kas aš esu? Jam reikia atsako iš įvairių pozicijų, atsižvelgiant į kūną, lytį, karjerą, pašaukimą, tautybę, ideologiją, pasaulėžiūrą, tikėjimą, paties pasirinktas ir siekiamas vertybes, talentus ir jų naudojimą. Tai kritinis laikotarpis individo gyvenime, kai akcentuojama psichosocialinė sritis.

Šiuolaikinėje visuomenėje, kai vyksta staigūs socialiniai ir technologiniai pokyčiai, paaugliams gali būti sunku suvokti ryšį tarp to, ko jie buvo mokomi vaikystėje, ir ką sužino paauglystėje. Todėl jiems svarbu ieškoti pamato, suteikiančio jų gyvenimui prasmę ir kryptį. Kai paauglys negali identifikuoti savo asmens dėl nesėkmingos vaikystės ar sunkių socialinių aplinkybių, tapatybės

krizė neišsprendžiama, lieka lytinių vaidmenų sumaištis, t. y. paauglys neišsiaiškina, kas jis, ko jis nori, ko jam siekti. Tuomet jis tampa paviršutiniškas, egoistiškas, tenkinasi potyrių malonumais, pats sau tampa tikslu.

Paauglių įsimylėjimas taip pat dažnai nėra tik lytinis, tai dažniau ieškojimas savo tapatybės kitime, mėginimas siekti savo tapatybės definicijos savo paties “Aš” vaizdo projekcijos į kitą tam, kad matytų jį taip refleksuojant ir šitaip suvoktų pats save. Pirmosios meilės išgyvenimams paauglystėje būdingas idealizavimas ir nekaltumas, nuostaba, susijusi su buvimo kartu, dalijimosi savo jausmais ir mintimis, patyrimu. Toks artimas ryšys labai sustiprina ir paremia, nes padeda bręstančiam žmogui suvokti dar nepatirtus jausmus, baimes ir poreikius. Šiuo amžiaus tarpsniu žmogus bando užmegzti santykius su skirtingais žmonėmis: vieni nusprendžia susitikinėti su daugeliu partnerių, bandydami suprasti, ko jie ieško bendraudami su kitais; kiti labiau įsitraukia į tarpusavio santykius su vienu draugu ar drauge. Artimas ryšys su bendraamžiu – tai vienas iš savęs pažinimo būdų, galimybė patirti ir atskleisti savo bei pažinti kito individualumą. Toks ryšys sudaro sąlygas skleisti unikalią bręstančio žmogaus vyriškumo arba moteriškumo stiliui. Kaip tik paauglystės laikotarpiu kuriamas pamatas naujam psichologiniam dariniui – artumui.

Artumo su kitais žmonėmis patyrimas turi įtakos paauglio asmenybės raidai. Meilės paslapčių atskleidimas yra ilgas ir nepertraukiamas procesas. Dviejų asmenų intymumas tampa svarbia vertybe, kai jo yra laukiama. Būtinų asmenybės raidos etapų nepaisymas – anksti pradėtas lytinis gyvenimas ar visiškai platoniškos meilės išgyvenimų atsisakymas – gali turėti neigiamų pasekmių ateityje. Todėl ugdytojams nederėtų drausti paauglių jausmų raiškos savitumą. Atvirkščiai, jiems derėtų stengtis, kad paauglys suprastų sunkius išbandymus ir atsakomybę, kuriuos jam kelia bendravimas su priešingos lyties asmeniu. Lytiniai santykiai tėra tik dalis tikrojo ir brandaus psichologinio artumo bendraujant su kitu žmogumi. Jie reikalauja visiškai savęs atidavimo kitam ir drauge buvimo savimi. Paauglystė – ne tik biologinis, socialinis, bet ir kultūrinis reiškinys. Kai kuriose primityviose visuomenėse seksualumas laikomas natūraliu, priimtiniu, ir neretai vedybos sutampa su lytiniu subrendimu. Atsiskyrimą nuo tėvų, perėjimą į suaugusiųjų būseną, perėmimą toje visuomenėje egzistuojančių socialinių, politinių, seksualinių normų, reguliuojančių genties gyvenimą, seksualinio identiškumo įtvirtinimą padeda įveikti iniciacijų apeigos (Мид, 1988).

Civilizuotoje visuomenėje paauglys susiduria su daugybe sunkumų: prieš jį iškyla profesinio, moralinio, socialinio apsisprendimo dilemos. Nors ir pasiekama fizinė branda, tačiau socialine prasme paauglys ilgą laiką išlieka priklausomas nuo tėvų. Jis neturi galimybės gyventi atskirai ir savarankiškai. Fizinė branda pasiekama anksčiau, o socialinė – vėliau. Tai jiems sukelia vidinį konfliktą.

Literatūra

MIŠKINIS, K. *Pokalbiai su tėvais: mokomoji knyga*. Kaunas: LKKA, 2000. 236 p.

NORWOOD, R. *Moterys, kurios myli per stipriai: kai trokštate ir viliatės, kad jis pasikeis*. Vilnius: 2004. 254 p.

TUTKUVIENĖ, J. *Mergaitei ir jos mamai: kodėl, kada ir kaip bręstama*. Vilnius: Meralas, 2000, p. 264–267.

VAIČIULIENĖ, A. *Paauglio psichologija*. Vilnius: Presvika, 2004. 115 p.

VINGRAS, A.; VINGRIENĖ, A. *Lytiškumas ir vaikas*. Vilnius: Viltis, 1998. 111 p.

1. Pamoka „Konfliktų šeimoje sprendimas“

Tikslas:

- ▶ ugdyti mokinių gebėjimą spręsti konfliktus;
- ▶ suteikti žinių apie konstruktyvius sprendimo būdus.

Priemonės: dideli popieriaus lapai, spalvoti rašikliai, patalpa, tinkama darbui mažose grupelėse.

Metodai: darbas grupėse, diskusija.

Eiga:

Mokinius suskirstome į grupes po 3–4 dalyvius. Grupelėse jiems pateikiama užduotis: surašyti, kas trukdo šeimoje sėkmingai spręsti konfliktus ir kas padeda. Prašoma remtis savo bendravimo ir šeimoje, ir su draugais patirtimi. Grupelės pristato savo darbą bendroje grupėje. Diskutuojama, prašoma, kad mokiniai išskirtų dalykus, kurie yra svarbiausi, sunkiausiai įvykdomi, lengviausiai įvykdomi ir t. t. Svarbu, kad mokytojas sugrupuotų mokinių atsakymus ir juos papildytų.

2. Pamoka „Šeima ir sugyvenimas“

Tikslas:

- ▶ ugdyti mokinių kritinį mąstymą ir gebėjimą įvertinti šeimos ir sugyvenimo ypatumus.

Priemonės: dideli popieriaus lapai, spalvoti rašikliai, dvi atskiros patalpos.

Metodai: darbas grupėse, diskusija.

Eiga:

Mokinius suskirstome į dvi homogeniškas grupes (atskirai vaikinai ir merginos). Grupės dirba atskirose patalpose. Vaikinų ir merginų grupės suskirstomo į mažesnes grupes po 3–4 dalyvius. Grupelėse jiems pateikiama užduotis: surašyti, kodėl jauni žmonės kartais renkasi sugyvenimą. Grupelės pristato savo darbą homogeniškoje grupėje ir paruošia bendrą visos vaikinų ar merginų

grupės nuomonių sąrašą. Baigus darbą grupelėse, darbai pristatomi heterogeniškoje grupėje (darbas vienoje patalpoje). Diskutuojama. Svarbu, kad mokytojas suteiktų mokiniams informacijos, kuri paneigtų kai kuriuos paplitusius įsitikinimus apie sugyvenimo pranašumus.

Pageidautina, kad vaikinų grupę moderuotų mokytojas, o merginų – mokytoja.