

Kad mūsų vaikai jaustųsi mylimi

Vaikams privalome duoti du dalykus – šaknis ir sparnus (*Hodding Carter*).

Besąlygiška meilė, pagarba, padėrinimas leidžia vaikui augti, tobulėti, pasiruošti skrydžiui į savarankišką gyvenimą.

Kaip tą meilę išreikšti, kad mūsų vaikas pasijustų mylimas ir suprastas?

Štai pagrindiniai principai, kurie, anot specialistų, galėtų stiprinti tėvų ryšį su savo paaugliu.

1. Paaugliams reikia mūsų supratimo, rūpinimosi ir domėjimosi jais, kitaip jie jaučiasi nemylimi, nereikalingi, niekam tikę, išgyvena neviltį, bejėgiškumą, ima menkinti save. Labiausiai gąsdinantys tokios savijautos rezultatai – depresija ir maištas prieš tėvus, ugdytojus, visuomenę.

2. Kad ir kur paauglys praleistų daugiausia laiko, namai vis dėlto turi didžiausią įtaką. Namai nulemia, koks laimingas, saugus, pusiausviras bus paauglys, kaip jis bendraus su suaugusiais ir bendraamžiais.

3. Paaugliui reikia abiejų tėvų, kurių tarpusavio ryšiai stabilūs, pagrįsti meile ir bendradarbiavimu.

4. Esminiam ryšiui su paaugliu yra svarbiausia besąlygiška meilė, tai yra reikėtų mylėti paauglį su visais jo privalumais ir trūkumais, kad ir kas nutiktų, kad ir kaip jis elgtųsi. Paauglys mato Jūsų meilę iš to, ką sakote ir ką darote, bet Jūsų elgesys jam daug svarbiau už Jūsų žodžius.

5. Kartais vaikas nuo Jūsų nutolsta. Tai trikdo ir liūdina, nes skubėdamas į savo nepriklausomybę paauglys naudojami visomis priemonėmis, eina visur be savo šeimos, laužo tėvų nustatytas taisykles... Paaugliams reikia didžiulio emocinio užtaiso, kad jaustųsi saugūs ir savimi pasitikintys!

6. Reikėtų sukaupti į paauglį visą, nepadalytą, dėmesį, kad jis pasijaustų tikrai mylimas, kad žinotų, jog yra toks svarbus pats savaime, kad turi teisę į Jūsų budrumą, Jūsų supratimą, pripažinimą ir bekompromisinį dėmesį. Reikėtų skirti dėmesio savo vaikui net tada, kai, atrodo, visai neturime laiko. Būkime šalia. Ypač svarbus akių ir fizinis kontaktas.

7. Paauglystė yra jaudinantis, maištingas periodas, per kurį paauglio būseną gali nuolat svyruoti. Normalu, kad tokiais atvejais ir tėvai gali išgyventi emocinę įtampą, netgi neviltį. Vadinasi, jei mylime savo vaikus ir norime jiems padėti, reikalinga ypatinga savidisciplina ir savikontrolė.

Gražių švenčių, sėkmingų metų su meile.

Daugiau skaitykite: „*Kaip mylėti savo paauglį*“, R. Campbell Vilnius: Katalikų pasaulis, 1998

Socialinė pedagogė Jūratė Gusevienė