

## Mano vaikas – jau paauglys

Paauglystės amžiaus tarpsnis prasideda maždaug 12-13 gyvenimo metais ir gali užsitęsti, pasak psichologo Eugenijaus Laurinaičio, iki 27 metų.

Paauglystėje vyksta didelis, labai reikšmingas augimo šuolis. Šiam laikotarpiui būdinga intensyvus fizinis, lytinis brendimas ir labai dideli nervų sistemos pokyčiai. Smegenyse gaminasi perteklinis sinapsių kiekis, ir gali susidaryti labai skirtingi ryšiai. Tai priklauso nuo patirčių, kurias tuo metu paauglys gauna. Todėl taip svarbu padėti vaikui sėkmingai išgyventi šį tikrai nelengvą laikotarpį. Tuo labiau, kad šiandienos paaugliams dar būdingas ir gana didelis atotrūkis tarp fizinės, emocinės ir socialinės brandos.

15-16 metų vaikai – fiziškai ir lytiškai jau yra iš esmės subrendę, emociškai dar ne visai, bet labai nori būti suaugę, kartais tokie ir jaučiasi. Tačiau socialiai – jie dar visiškai priklausomi nuo tėvų ir dar ilgai tokie bus. Taigi, visą laiką yra tarsi dvigubame vaidmenyje: kartais elgiasi kaip suaugę, kartais – kaip vaikai.

Kaip elgtis tėvams su savo paaugliu?

– Ar vaikui reikalinga fizinė priežiūra – maitinimas, rūpinimasis jo sveikata, poilsio režimu, tinkamu ugdymu, tuo, kuo jis pats dar negali pasirūpinti?

– Taip, tokia priežiūra iš dalies yra būtina. Kita vertus, paaugliai labai nori būti savarankiški ir jie tikrai gali daug ką atlikti patys. Jų mąstymas jau yra visiškai susiformavęs, tačiau jiems dar trūksta patirties, taigi turi daryti ir savo amžiui būdingas klaidas... (*doc. dr. R. Bieliauskaitė*)

Plačiau apie tai: <http://www.bernardinai.lt/straipsnis/2013-04-05-rasa-bieliauskaite-paauglyste-kaip-rasti-aukso-viduri-tarp-pasitikejimo-ir-prieziuros/97640>

P.S. Kituose straipsneliuose tėvams parašysime apie emocinę paramą savo paaugliui, darbo ir poilsio režimą, apie tai, kaip padėti vaikams išvengti žalingų įpročių, kaip siekti ateities tikslų ir kt.

Parengė socialinė pedagogė Jūratė Gusevienė