



Naudingi patarimai
tėvams, kaip
auklėti paauglius

POZITYVIOJO AUKLĖJIMO VADOVAS

ams, kaip auklėti paauglius
naudingi patarimai tėvams, kaip auklėti paauglius
naudingi patarimai tėvams, kaip auklėti paauglius
naudingi patarimai tėvams, kaip auklėti paauglius
naudingi patarimai tėvams, kaip auklėti paauglius
naudingi patarimai tėvams, kaip auklėti paauglius

Naudingi patarimai tėvams, kaip auklėti paauglius

Įstatymo pakeitimai

2006 m. rugsėjį buvo pakeistas įstatymas dėl fizinių bausmių¹. Jei tėvai auklėdami vaikus naudoja prieš juos smurtą, gintis dėl pernelyg griežtų auklėjimo metodų bus leidžiama tik tais atvejais, kai padaryta žala bus pripažįstama nežymia. s

Visi žino, kad vaikai privalo atskirti gėrį nuo blogio ir ugdyti savo bendravimo įgūdžius. Tačiau nevalia pamiršti, kad tėvai neturi teisės bausti savo vaikų fizinėmis bausmėmis, todėl siūlome apsvarstyti kitokius auklėjimo metodus, pvz., pozityvųjį auklėjimą.

Auginti vaikus yra didžiulis džiaugsmas ir atsakomybė. Tikimės, kad šioje brošiūroje pateikiama informacija paragins tėvus naudotis pozityviojo auklėjimo metodika, kuri padės mokyti, auklėti bei skatinti savo vaikus, o patiems įgyti daugiau pasitikėjimo. Kiekviename skyrelyje išskiriama labai svarbi mintis (LSM.), kuri turėtų padėti jums užmegzti ir puoselėti labai stiprius, nuoširdžius ir pagarbius santykius su savo vaiku.

Tėvai, auginantys vaikus su negalia, gali susidurti su papildomomis problemomis ir neaiškumais, kurie šioje brošiūroje neaptariami. Tačiau brošiūros gale esančiame skyrelyje „Naudingos nuorodos“ rasite informacijos apie organizacijas, galinčias jums padėti rūpimais klausimais.

¹ 2006 m. Įstatymo pakeitimo įstatymo 2 str. (Kitos nuostatos) (Šiaurės Airija) nurodyta, kad už pernelyg griežtus vaiko auklėjimo metodus gresia kaltinimas smurtu arba civilinis ieškiny, jei tariama žala nėra susijusi su kūno sužalojimu.

ams, kaip auklėti paauglius
patarimai tėvams, kaip auklėti paauglius
Naudingi patarimai tėvams, kaip auklėti paauglius
Naudingi patarimai tėvams, kaip auklėti paauglius
Naudingi patarimai tėvams, kaip auklėti paauglius

Ižanga

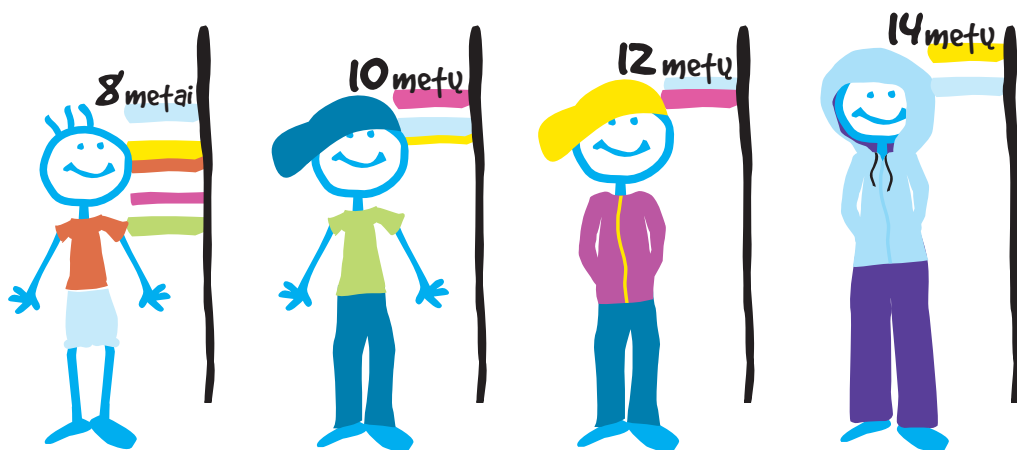
„Maži vaikai – maži vargai. Pamatysit, kas bus, kai jie sulauks paauglystės!“

Kūdikius ir mažus vaikus auginantiems tėvams netrūksta patarimų ir pagalbos, ko negalima pasakyti apie tėvus, auginančius paauglius. Paauglystė – ne pats lengviausias laikotarpis, tačiau labai įdomus, kai galima stebėti, kaip tavo vaikas auga ir formuojasi jo asmenybė. Tėvų ir vaikų santykiai pereina į naują ir dinamišką etapą, kuomet išsaugoti gerus santykius su savo vaiku darosi vis sudėtingiau. Tačiau jei žinosite, kaip paauglystė keičia vaikus, šiuos santykius ne tik išsaugosite, bet ir sustiprinsite.

Visuomet atmintkite, kad paauglystė keičia visą jauno žmogaus gyvenimą – jo kūną, jausmus, socialinį gyvenimą bei tarpusavio santykius. Daugelis šių pokyčių yra susiję su fiziniu vystymusi ir hormonų pusiausvyra, kurių paauglys negali valdyti.

Vaikui tapus paaugliu jūsų santykiai su juo pasikeis, tačiau tai nereiškia, kad šie santykiai turi pablogėti, nes vaikas visuomet turi žinoti, kad tėvai jo neatstums, kas bebūtų.

Jei būsite kantrūs ir nenuleisite rankų, gražiais tarpusavio santykiais galėsite džiaugtis ir jūs, ir jūsų paaugliai vaikai.



ams, kaip auklėti paauglius
patarimai tėvams, kaip auklėti paauglius
ni tėvams, kaip auklėti paauglius
Naudingi patarimai tėvams, kaip auklėti paauglius
imai tėvams, kaip auklėti paauglius
Naudingi patarimai tėvams, kaip auklėti paauglius

Turinys

Išstatymo pakeitimai	3
Ižanga	5
1 patarimas. Bendravimas	8
2 patarimas. Konfliktai	9
3 patarimas. Taisyklės ir ribos	10
4 patarimas. Paauglių bėdos	11
5 patarimas. Pavojingas elgesys	12
6 patarimas. Draugai	13
7 patarimas. Gebėjimai ir galimybės	14
8 patarimas. Laisvė	16
Naudingos nuorodos	18
Pastabos	22

Konfliktai

Konfliktų pasitaiko visose šeimose. Skirtumas tik toks, kaip kas sugeba su tuo susidoroti. Kalbėkite aiškiai bei įtikinamai ir žinokite, ką norite pasakyti. Pikti paaugliai gali jus išgąsdinti patys to nenorėdami. Tačiau jūsų elgesys gali taipogi gąsdinti paauglius.

Retkarčiais visi žmonės įpyksta, tačiau pyktį galima išreikšti be agresijos.

Jei manote, kad tuojau prasidės ginčas, išlikite ramūs ir pasistenkite į jį nesivelti. Pasakykite vaikui, kad juo rūpinatės ir norite jam padėti.

Atminkite, kad pagalbos galite kreiptis į šeimą, draugus, sveikos gyvensenos ugdytojus, šeimos gydytojus ar paramos organizacijas ir grupes (kai kurios jų nurodytos brošiūros gale). Profesionali pagalba gali būti labai naudinga.



Naudingi patarimai

- Nekreipkite dėmesio į smulkius ar nereikšmingus dalykus ir stenkitės spręsti svarbiausius klausimus.
- Po ginčo pagalvokite, kodėl jis kilo. Ar tai buvo pavienis ginčas, o gal – vienas iš daugelio ta tema? Ką darytumėte kitaip, jei jis vėl kiltų?
- Pasirinkite pokalbiui tinkamą laiką, kad niekas neblaškytų dėmesio.
- Laikykitės savo žodžio.
- Stenkitės, kad abiejų tėvų nuomonė būtų vieninga. Jei ir esate kitos nuomonės, nesakykite to savo paaugliui vaikui! Priešingu atveju įnešite sumaištį ir leisite paaugliui manipuliuoti situacija.

LSM

Ieškokite sprendimo kartu su paaugliu.

ams, kaip auklėti paauglius
naudingi patarimai tėvams, kaip auklėti paauglius
ai tėvams, kaip auklėti paauglius
naudingi patarimai tėvams, kaip auklėti paauglius
imiai tėvams, kaip auklėti paauglius
naudingi patarimai tėvams, kaip auklėti paauglius

Patarimai dėl paauglių elgesio

Taisyklės ir ribos

Taisyklės yra reikalingos bet kokio amžiaus vaikams, įskaitant ir paauglius, kurie bando smarkiai tam priešintis!

Liepdami paaugliui ką nors daryti, nieko nepasieksite!

Taisyklių dažniausiai laikomasi tuomet, kai jos yra aptartos, suprastos ir priimtos.

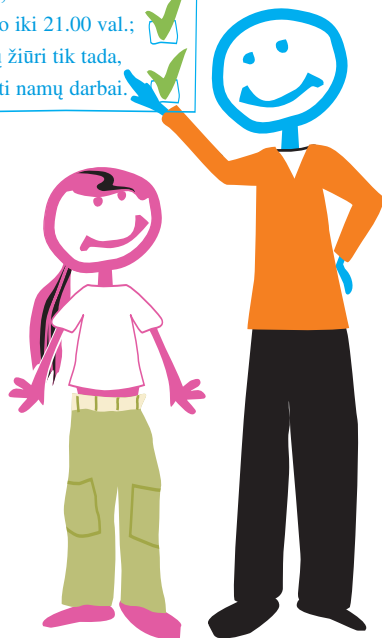
Kuo mažiau taisyklių – tuo geriau.

Jei mokėsite nusileisti, paskatinsite nusileisti ir paauglį vaiką, tačiau tvirtai laikykitės nustatytų ribų.

Pagirkite vaikus už taisyklių laikymąsi, tačiau taisykles sulaužęs paauglys turi žinoti ir suvokti pasekmes. Išlikite ramūs. Išklauskite, ką jie sako. Paaiškinkite, kas buvo negerai ir kaip to reikėtų išvengti ateityje.

Susitariam, kad:

- grįžti namo iki 21.00 val.;
- televizorių žiūri tik tada, kai paruošti namų darbai.



Naudingi patarimai

- Taisyklės turi būti aptartos, suprastos ir priimtos.
- Reikalingas šioms taisyklėms kompromisas.
- Kuo mažiau taisyklių – tuo geriau.
- Pagirkite vaikus už taisyklių laikymąsi.
- Paaiškinkite taisyklių laužymo pasekmes.
- Pasekmės turi būti sąžiningos ir teisingos.

LSM

Paaugliui augant taisykles reikia peržiūrėti.

Naudingi patarimai tėvams, kaip aukleti paauglius
Naudingi patarimai tėvams, kaip aukleti paauglius
Naudingi patarimai tėvams, kaip aukleti paauglius
Naudingi patarimai tėvams, kaip aukleti paauglius
Naudingi patarimai tėvams, kaip aukleti paauglius
Naudingi patarimai tėvams, kaip aukleti paauglius
Naudingi patarimai tėvams, kaip aukleti paauglius
Naudingi patarimai tėvams, kaip aukleti paauglius
Naudingi patarimai tėvams, kaip aukleti paauglius
Naudingi patarimai tėvams, kaip aukleti paauglius

Paauglių bėdos

Paaugliai patiria daugybę pokyčių ir gali susikrimsti dėl visko – pradedant savo išvaizda ir baigiant tuo, kas šiandien bus. Kai kurios paauglių bėdos jums gali pasirodyti visiškai nereikšmingos, bet tik ne jiems, todėl žiūrėkite į tai rimtai. Pabandykite prisiminti, ką jautėte ir galvojote patys būdami tokio amžiaus – tai padės geriau suprasti savo paauglių vaikų rūpesčius.

Ugdykite paauglių savigarbą – tai padeda susidoroti su kasdieniais rūpesčiais.

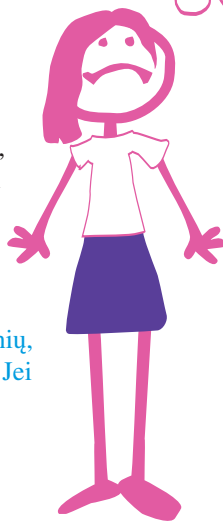
Savigarba – tai savęs pažinimas ir pamėgimas. Paaugliai turi žinoti, kad jie, kaip ir visi kiti žmonės, yra labai svarbūs.

Naudingi patarimai

- Nebūkite pernelyg kritiški.
- Nesišaipykite iš paauglių vaikų – net ir geranoriškai.
- Padėkite paaugliui gerai jaustis.
- Suvokite, kad paaugliui reikalingas pripažinimas.
- Jei matote, kad paauglį slegia rūpesčiai, pasikalbėkite ir pabandykite išsiaiškinti susirūpinimo priežastis.

LSM

Stebėkite paauglio elgesį ir imkitės priemonių, jei matote, kad vaiką slegia rimti rūpesčiai. Jei reikia pagalbos, nedvejodami kreipkitės.



psl.

||

ams, kaip auklėti paauglius
naudingi patarimai tėvams, kaip auklėti paauglius
ai tėvams, kaip auklėti paauglius
naudingi patarimai tėvams, kaip auklėti paauglius
imai tėvams, kaip auklėti paauglius
naudingi patarimai tėvams, kaip auklėti paauglius

Patarimai dėl paauglių elgesio

Pavojingas elgesys

Pavojingas elgesys gali pasireikšti įvairiai: rūkymu, narkotikų vartojimu, alkoholio vartojimu, laiku negrįžimu namo, netinkamu seksualiniu elgesiu ar vandalizmu.

Pavojingas paauglių elgesys gali būti eksperimentavimas arba reakcija į ką nors. Dažniausiai tai trunka neilgai, tačiau tam tikromis aplinkybėmis gali tapti rimta problema.

Tačiau visais atvejais paaugliui reikalinga parama, supratimas ir meilė, kad ir kaip jis besielgtų.

Naudingi patarimai

- Aiškiai ir nuosekliai kalbėkite apie tai, kaip negalima elgtis.
- Kalbėkite apie pavojingo elgesio žalą – būkite konkretūs ir nepamokslaukite!
- Padėkite paaugliams suvokti savo veiksmus ir jausti atsakomybę. Visuomet priminkite, kad nepaliksite jų vienų bėdoje.
- Skatinkite juos išsipasakoti, ką jie daro ir kodėl. Jei jie nenori kalbėti su jumis, tegul pasikalba su kuo nors kitu.
- Kad ir kaip bebūtų sunku, nepalikite paauglių ramybėje ir kalbėkitės su jais.

LSM

Niekuomet nepalikite paauglių vienų su savo bėdomis ir prireikus kreipkitės pagalbos.

psl.
12



Draugai

Draugai paaugliams turi didžiulės įtakos. Ir nors jie to nesako ir nerodo, jiems vis dar reikalinga jūsų parama, meilė ir priežiūra.



Paaugliams reikia draugų, kad jie galėtų išsipasakoti, bendrauti ir formuoti savo tapatybę. Turėdami įvairių draugų paaugliai gali pasirinkti, kokių draugų ir santykių norėtų ateityje.

Pažinodami savo paauglio vaiko draugus, geriau pažinsite ir savo vaiką. Paaugliai neprieštarauja, kad tėvai domėtusi jų draugais – bet nepersistenkite. Būkite atsargūs!

Paaugliai yra labai ištikimi savo draugams ir juos gina. Kalbėkite apie gerąsias draugų savybes. Nepeikite paauglio draugų, jei tam neturite rimtos priežasties.

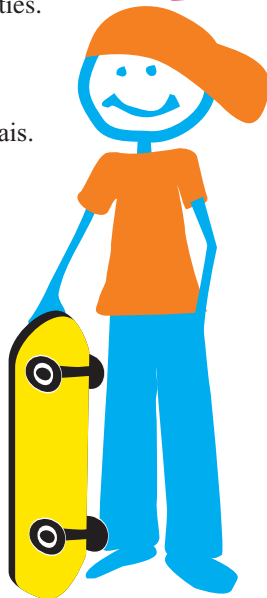


Naudingi patarimai

- Susipažinkite su savo paauglio vaiko draugais.
- Prieš kritikuodami vaiko draugus, gerai pagalvokite.
- Kalbėkite apie bendraamžių spaudimą.
- Mokykite vaikus pasipriešinti ir pasakyti „ne“.
- Nedarykite skubotų išvadų.
- Leiskite vaikams bendrauti su savo draugais, tačiau pasirūpinkite, kad jie būtų saugūs.

LSM

Neskubėkite teigti, kad jūsų paauglio vaiko draugas yra „netinkamas“ – galite apsiriki.

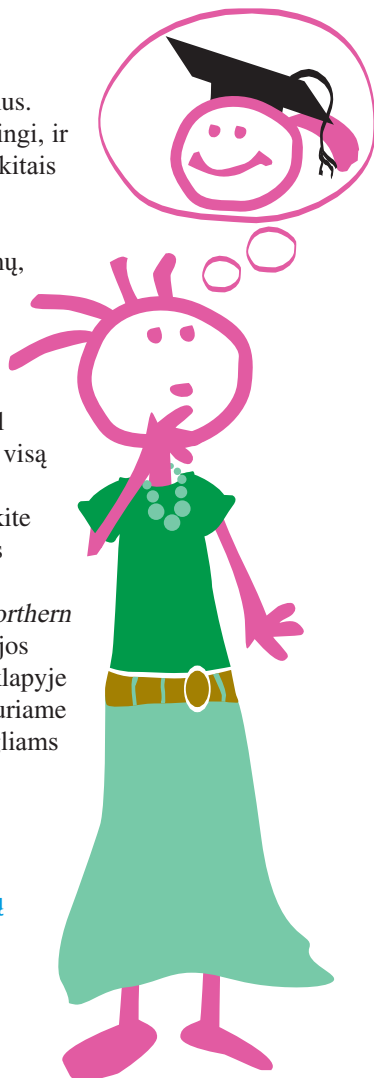


Naudingi patarimai

- Realiai vertinkite savo vaiko gebėjimus.
- Pripažinkite, kad visi vaikai yra skirtingi, ir niekuomet nelyginkite savo vaiko su kitais bendraamžiais ar šeimos nariais.
- Girkite savo vaiko gerąsias puses ir niekuomet nenuvertinkite jo laimėjimų, kuriais jis pats didžiuojasi.
- Atminkite, kad ne viską lemia gerai išlaikyti egzaminai – yra ir kitų pasirinkimų.
- Padėkite savo vaikams apsispręsti dėl ateities – pasirūpinkite, kad jie gautų visą įmanomą informaciją.
- Aktyviai domėkitės šia tema – ieškokite informacijos arba pasitarkite su kitais žmonėmis.
- Išsamesnės informacijos ieškokite *Northern Ireland Carrers Service* (Šiaurės Airijos profesinio orientavimo tarnybos) tinklapyje (žr. skyrelį „Naudingos nuorodos), kuriame gausu patarimų ir jums, ir jūsų paaugliams vaikams.

LSM

Mintis, kad vaikai galėtų įgyvendinti tėvų svajones, yra labai viliojanti, bet jos nepuoselėkite!



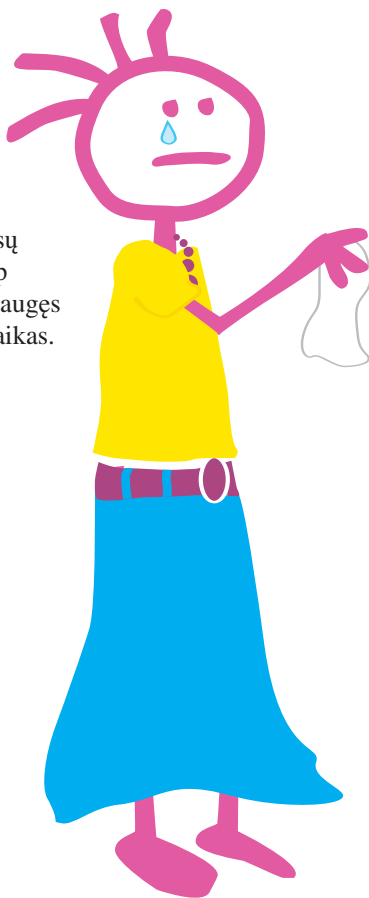
Naudingi patarimai paauglių tėvams

Laisvė

Visi paaugliai yra skirtingi. Todėl privalote gerai apsvarstyti „laisvės suteikimo“ savo paaugliui galimybes, turėdami omenyje, kad perėjimas į pilnametystę yra laipsniškas procesas.

Visi tėvai nori, kad vaikai būtų šalia, ir visai stengiasi juos apsaugoti. Šis instinktas lydi tėvus visą gyvenimą. Bet duokite savo paaugliui vaikui pakankamai erdvės ir paramos, kad jis taptų savimi pasitikintis savarankiškas žmogus, ir padėkite jam įgyti gyvenimiškų įgūdžių.

Visuomet atmintkite, kad kelias į savarankiškumą gali būti nenuspėjamas. Vieną akimirką jūsų paauglys vaikas gali pasielgti kaip didžiulę atsakomybę jaučiantis suaugęs žmogus, o kitą – kaip išdykėlis vaikas. Nesijaudinkite, taip būna.



Naudingi patarimai

- Ilgainiui paaugliams suteikite daugiau kontrolės ir atsakomybės už savo gyvenimą.
- Padėkite paaugliams priimti saugius ir protingus sprendimus, kaip gyventi.
- Paaugliai turi priimti savo sprendimus ir mokytis iš savo klaidų.
- Po truputį pratinkitės prie artėjančių pokyčių, kad ta akimirka, kai paauglys paliks jūsų namus, nebūtų pernelyg skausminga nei jums, nei jūsų vaikui.

LSM

Skirkite laiko bendriems pomėgiams – leiskite kartu laisvalaikį, žiūrėkite sporto varžybas ar eikite į kiną.



ams, kaip aukleti paauglius
patarimai tėvams, kaip aukleti paauglius
Naudingi patarimai tėvams, kaip aukleti paauglius
Naudingi patarimai tėvams, kaip aukleti paauglius
Naudingi patarimai tėvams, kaip aukleti paauglius
Naudingi patarimai tėvams, kaip aukleti paauglius

Naudingos nuorodos

Toliau išvardinsime kai kurias įstaigas, kurios jums gali būti naudingos. Kitų tarnybų ieškokite vietinėje bibliotekoje arba konsultacijų gyventojams biure.

Barnardo's Parenting Matters

Pagalba ir konsultacijos tėvams, įskaitant kursus tėvams, auginantiems paauglius.

Tel: 028 9049 1081

www.barnardos.org.uk



Drug and Alcohol coordination Teams (DACTs)

Konsultacijos ir pagalbą teikia keturios Šiaurės Airijoje veikiančios komandos:

Rytų – tel. 028 9043 4248

Šiaurės – tel. 028 2566 2210/2575

Pietų – tel. 028 4066 0982

Vakarų – tel. 028 7186 0086

FASA

Organizacijos, kuri teikia paslaugas su narkotikų, alkoholio ar kitų kvaišalų vartojimu tiesiogiai ar netiesiogiai susijusiems asmenims, padaliniai yra šiaurinėje ir vakarinėje Belfasto dalyse.

Informacija tėvams apie narkotikus – naudingų patarimų knygelė apie narkotikus tėvams ir globėjams.

www.fasaonline.org

Frank About Drugs

Nacionalinė pagalbos linija narkotikų vartojimo klausimais.

Tel: 0800 776600

www.talktofrank.com



Health Promotion Agency for Northern Ireland

Pagalba ir konsultacijos įvairiais sveikos gyvensenos klausimais.

Tel: 028 9031 1611

www.healthpromotionagency.org.uk

Love for Life

Informacija tėvams ir paaugliams. Informuoja jaunus žmones alkoholio, narkotikų ir sekso klausimais.

Tel. 028 3882 0553

www.loveforlife.org.uk

Northern Ireland Anti-bullying Forum

Tel. 028 9043 1123

NI Careers Service

Konsultuoja ir informuoja paauglius ir jų tėvus profesinio orientavimo ir darbo paieškos (įskaitant darbą su patirtimi ir savanorišką darbą) klausimais; padeda gauti darbą (sudaro gyvenimo aprašymą, pildo prašymus ir informuoja apie tai, kaip vyksta pokalbiai su darbdaviu); konsultuoja mokymosi

klausimais ir parengia dokumentus mokslo rėmimo stipendijai (EMA) gauti.

Skambinkite į vietos biurą **tel. 028 9044 1781** arba ieškokite informacijos internetiniu adresu

www.careersserviceni.com



Parents Advice Centre

Pagalbos linija, individuali pagalba tėvams ir vaikų auklėjimo kursai.

Tel. 0808 8010 722 (nemokama pagalbos linija)

Parenting Forum

Kviečiame dalyvauti visus tėvus – vietiniai renginiai, informaciniai pranešimai ir pagalba. **Tel. 028 9031 0891**

Young Minds parents' information service

Informuoja ir konsultuoja visus, kuriems rūpi psichinė jaunų žmonių sveikata.

Tel. 0800 018 2138

ams, kaip auklėti paauglius
naudingi patarimai tėvams, kaip auklėti paauglius
ai tėvams, kaip auklėti paauglius
naudingi patarimai tėvams, kaip auklėti paauglius
imiai tėvams, kaip auklėti paauglius
naudingi patarimai tėvams, kaip auklėti paauglius

Naudingi patarimai paauglių tėvams

Brook

Nacionalinė savanorių tarnyba, teikianti nemokamas ir konfidencialias konsultacijas bei paslaugas seksualinės sveikatos srityje jauniems asmenims iki 25 m. amžiaus.

Tel. 0800 018 5023 (pagalbos linija)

020 7950 7700 (visą parą veikianti informacijos linija)

ChildLine

„Childline“ yra nemokama pagalbos linija vaikams ir jaunimui JK. Vaikai ir jaunimas gali skambinti **tel. 0800 1111** ir pasikalbėti su konsultantais visais rūpimais klausimais.



Contact Youth (Contacto Jovem)

Teikia individualias konsultacijas jauniems žmonėms nuo 11 iki 25 metų visose Šiaurės Airijos bendruomenėse ir pagrindinėse mokyklose; pagrindinių mokyklų mokiniai dėl siuntimo gali kreiptis į mokymo dalies vedėją ar klasės auklėtoją ir susitarti dėl individualaus pokalbio mokykloje.

„Contact Youth“ pagalbos linija „Youthline“ padeda spręsti įvairius klausimus (įskaitant savižudybių prevenciją).

Tel. 0808 808 8000 (visą parą veikianti pagalbos linija);

tel. 028 9032 0092

FPA

Labdaringa organizacija, teikianti paslaugas seksualinės sveikatos srityje. Jos tikslas yra informuoti JK gyventojus sekso klausimais ir gerinti seksualinę sveikatą. Ji veikia visoje JK.

Tel. 0845 122 8690

There 4 me

Nacionalinės smurtavimo prieš vaikus prevencijos draugijos (NSPCC) internetinės konsultacijos 12-16 metų vaikams, kuriems kelia rūpestį priekabiavimas, persekiojimas, egzaminai, narkotikai ir savęs žalojimas.

www.there4me.com

Northern Ireland Sports Council

„Sport Northern Ireland“ skatina užsiimti sportu.

Tel. 028 9038 122, faksas 028 9068 2757

El. paštas info@sportni.net

Contact a Family

Teikia konsultacijas, informaciją ir pagalbą tėvams, auginantiems vaikus su negalia ir įvairiais sveikatos sutrikimais.

Nemokamos pagalbos linijos tel. 0808 808 3555

www.cafamily.org.uk

Disability Action

Rūpinasi žmonių su negalia teisėmis ir teikia šiems žmonėms pagalbą.

Tel. 028 9029 7880

www.disabilityaction.org

Mencap

Dirba su žmonėmis, turinčiais mokymosi sutrikimų, ir jų šeimų nariais bei slaugytojais.

Tel. 028 9069 1351

Informacinės tarnybos tel. 0845 7636227

www.mencap.org.uk



psl.

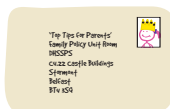
21

ams, kaip auklėti paauglius
naudingi patarimai tėvams, kaip auklėti paauglius
ai tėvams, kaip auklėti paauglius
Naudingi patarimai tėvams, kaip auklėti paauglius
imari tėvams, kaip auklėti paauglius
Naudingi patarimai tėvams, kaip auklėti paauglius

Pastabos

Mus domina jūsų nuomonė apie šią brošiūrą, todėl norėtume sužinoti:

- Ar ši brošiūra jums buvo naudinga?
- Kas konkrečiai jums padėjo ar jus sudomino?
- Kokios pageidautumėte papildomos informacijos?



Siųskite savo pastabas pašto adresu

„Top Tips for Parents“
Family Policy Unit
DHSSPS
C4.22 Castle Buildings
Stormont
Belfast
BT4 3SQ

arba

elektroniniu paštu familypolicyunit@dhsspsni.gov.uk

arba

skambinkite telefonu 028 90 520528



Šią brošiūrą parengė pozityviojo auklėjimo daugiadisciplinė grupė.

Grupę sudaro Civilinės teisės reformų skyriaus, Narkotikų ir alkoholio vartojimo informacijos ir tyrimų centro, Pirmojo Ministro ir jo pavaduotojo kabineto (oFMDFM), Šiaurės Airijos Švietimo departamento (DENI), Šiaurės Airijos labdaringos organizacijos „Barnardos“, Nacionalinės vaikų labdaros, Jaunimo organizacijos (NIPPA), Šiaurės Airijos Nacionalinės smurtavimo prieš vaikus prevencijos draugijos (NSPCC) ir Tėvų konsultavimo centro atstovai.

