

Krizė vaiko gyvenime



Medžiaga paruošta pagal Druskininkų pedagoginės psichologinės tarnybos psichologės- ekspertės Jonos Kirkauskienės autorinį seminarą

Psichologinė krizė

- **Tai sveiko žmogaus reakcija į sunkią ir reikšmingą situaciją, kuri reikalauja naujų įveikimo būdų, nes turimų nepakanka.**
- **Žmogų apima psichologinio diskomforto būseną, kuriai būdingi tokie jausmai kaip neviltis, bejėgiškumas, baimė, įtampa, nerimas, nuotaikų kaita.**



Kodėl reikia apie tai kalbėti ???

- **Kasmet pasaulyje nusižudo apie 900000 žmonių.**
- **Kas 40 sek. nusižudo po žmogų.**
- **Kas 3 sekundės kas nors bando tai padaryti.**
- **Lietuvoje bando žudyti 44 žmonės iš 100000 gyventojų.**
- **Lietuvoje kasmet nusižudo 50-60 vaikų ir jaunuolių nuo 10 iki 19 m.**
- **Vidutiniškai 6-7 būna vaikai iki 10 m.**

Psichologinės krizės skirstomos

- **Vystymosi-** neišvengiamos, priklauso nuo amžiaus tarpinių (paauglystė)
- **Situacinės-** jos individualios, priklausančios nuo asmeninio gyvenimo peripetijų.



Situacinės krizės

- **Organizminės kilmės**- ilgas fizinis krūvis, įtemptas protinis darbas, veikla rizikingoje aplinkoje.
- **Grėsmė vidinei integracijai**- pavojus jo vertybėms, gyvenimo tikslui (artimo žmogaus netektis, liga...)
- **Informacijos trūkumo**- nežinojimas, kaip elgtis naujoje situacijoje (naujas kolektyvas, mokykla)
- **Religinės**- viskuo pradedama abejoti.
- **Egzistencinės**- susijusios su atsakomybės, laisvės, nepriklausomybės nuo kitų, meilės išgyvenimu.

Krizēs trukmē



- **Trunka iki 2 mēnesiņ.**
- **Jeī per 2 mēn. negrižtama ī normaliā būsenā, tada diagnozuojami kiti sutrikimai.**

Kiekvienoje krizėje glūdi dvi galimybės

- **Pirma**- įveikti krizę. Tai skatina asmenybės augimą, emocinę brandą.
- **Antra**- neįveikti krizės. Tai sąlygoja fizinės, psichinės sveikatos, asmenybės integracijos sutrikimus, adaptacinius sunkumus.



Psichologinių krizių fazės

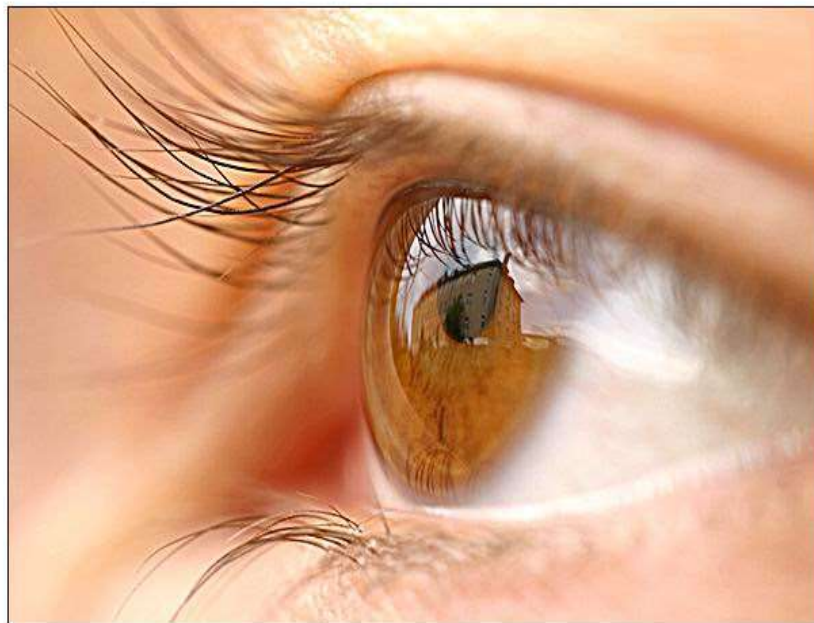


Foto.Sascha.Hüttenhain

- **Neigimas**
- **Pyktis**
- **Derybos**
- **Depresija**
- **Priėmimas**
- **Viltis**

Sėkmingo krizių įveikimo prielaidos



- **Aplinka- mamos, tėvo funkcijos, vaikų baimės ir tėvų elgesys, žaidimo svarba.**
- **Du požiūriai į intervenciją: a) dirbti su visa šeima; b) dirbti tik su vaiku.**
- **Genetinis faktorius- paveldimumas, vaiko temperamentas**

Būtinuos prielaidos krizei įveikti ar išvengti

- **Meilė, saugumas, pripažinimas- trys poreikiai, kuriuos šeima turi užtikrinti**
- **Būtina "puokštė žmonių"- mama, tėvas, močiutės, seneliai, broliai, seserys, kiti artimi žmonės.**
- **Bendrauti, kalbėti, išsipasakoti- tik ne tylėti.**



© Valerie Tabor-Smith

Netikėti faktai

- **Po artimo žmogaus mirties paaugliui reikia 2 metų, kad atsigautų.**
- **Po tėvų skyrybų šiam procesui reikia 5 metų (visai nesvarbu, kad tai akimis nepastebime)**
- **Vadinasi, mirtį paauglys priima natūraliau nei skyrybas**



Agresyvus paauglio elgesys

- **Tai menkavertiškumo apraiška**
- **Ji skatina paauglį maištauti, išsiskirti iš kitų blogais poelgiais.**
- **Taip dažniausiai elgiasi blogai besimokantys mokiniai, nes neturi galimybių išsiskirti kitaip.**



Agresyvaus elgesio priežastys

- **Jeį vaikas kitus žemina, klausiamo, kas žemina jį...**
- **Jeį vaikas kitus muša, klausiamo, kas muša jį...**
- **Jeį vaikas kitiems blogas, klausiamo, kas blogai elgiasi su juo...**



Ar reikia nuobaudų už blogą elgesį ???

- **Pasak psichologų, nuobauda, nors minimali, nors simbolinė, tik ne fizinė, yra būtina.**
- **Ji leidžia vaikui suvokti atsakomybę už savo poelgius.**
- **Tai leidžia jam apgalvoti savo elgesį, kad toliau išvengtų panašių poelgių.**



Psichologų pastebėjimas



- **Kai tėvai nežino, ką daryti su savo vaiku, jie visada klausia: o ko nepadarė mokykla ???**

Vietaj išvadų...

- Ir tėvai, ir mokykla turi stengtis užkirsti kelią vaiko krizėms, bet mokykla mato vaiką, vieną iš tūkstančio besimokančių mokinių, 6 val., o tėvai- visą likusį paros laiką (neįskaitant savaitgalių).
- Tik bendras tėvų, vaikų ir mokyklos darbuotojų "susikalbėjimas" leis išvengti, o ištikus krizei palengvinti jos įveikimą ir pasekmes.



Prisiminkim...

- **Nieko nėra įdomesnio už vaiko brendimą ir pastangas eiti gyvenimu, už mažo žmogaus norą tapti savarankiškai mąstančia, savo nuomonę turinčia asmenybe...**



Žinokim...

- **Nieko nėra sunkesnio už vaiko brandą, pavojingesnio už neapgalvotus jo poelgius, baisesnio už jo klystkelius ir nuopuolius...**



Todēl...

- **Būkime visi pasirengę jiems ištiesti geranorišką ranką !!!**





**Pateiktį paruošė G III A klasės auklėtoja
Vilija Vilkienė**