

AMŽIAUS TARPSNIŲ YPATUMAI IR PATARIMAI, DIRBANT SU SKIRTINGO AMŽIAUS SPORTININKAIS

Doc. dr. I. Tilindienė

Samprata

- **AMŽIAUS TARPSNIS** – individo psichinės raidos ir jo kaip asmenybės vystymosi pakopa, turinti apytiksles laiko ribas (Rajeckas, 1995).

Gyvenimo periodai

Gyvenimo periodas	Apytikslės amžiaus ribos
■ Prenatalinis periodas	Nuo gyvybės užsimezgimo iki gimimo
■ Kūdikystė	Pirmi 2 gyvenimo metai
■ Ikimokyklinis periodas	Nuo 2 iki 6 metų
■ Vidurinė vaikystė	~ 6-11 metų
■ Paauglystė	~ 11-17 metų
■ Jaunystė	~ 18-25 metų
■ Branda	~ 26-39 metų
■ Vidutinis amžius	~ 40-65 metų
■ Senatvė	~ 65+ metų

AKSELERACIJA

- **AKSELERACIJA** (lot. acceleratio – greitėjimas) – tai ankstyvas brendimas, spartesnis fizinis vaiko vystymasis (Jovaiša, 1993).

Vaikystė (~6–11 metų)

- Vaiko aplinkos ir asmenybės pokyčiai, pradėjus lankyti mokyklą.
- Vaiko bendravimas su jam reikšmingais žmonėmis – tėvais, mokytojais ir bendraklasiais.
- Jaunesniojo mokyklinio amžiaus vaikų vertybinės orientacijos.

Paauglystė (~11–17 metų)

- Egocentrizmas
- Narsicizmas
- Bendraamžiai (subkultūra)
- Interesai
- Vertybinės orientacijos
- Maištingumas
- Tapatumo ieškojimas

Jaunystė (~18–25 metai)

- Jaunuolių savimonė
- Vertybių autonomija
- Pasaulėžiūra
- Kinta santykiai su suaugusiais
- Realistinis mąstymas
- Konstruktivus problemų sprendimas
- Karjera

Z kartos bruožai

- Technologijos – tapatumas
- Laisva asmenybė
- Individualistai
- Nebijo iššūkių
- Kūrėjai
- Mąsto ir veikia kitaip –
sisteminės veiklos
gebėjimai

Suaugusiojo vaidmuo Z kartos ugdymo procese

- Demokratinis vedlys, užtikrinantis psichologinį saugumą
- Klausytojas
- Instruktorius
- Nustatantis ribas
- Atrama ir vedlys
- Įkvėpėjas ir padrąsintojas
- Teigiamas pavyzdys

PATARIMAI

- Naudoti išmaniąsias technologijas
- Ugdyti kūrybingumą
- Skatinti savikontrolę
- Ugdyti emocinį intelektą
- Skatinti mąstyti
- Skatinti verbalizuoti savo mintis

Patarimai, dirbantiems su paaugliais

- Konfliktai yra normalus reiškinys – išlaikykite ramybę.
- Bendraamžių įtaka labai svarbi, todėl pajunkite juos į grupinį darbą (veiklą).
- Paskatinkite išsakyti. Būkite konfidencialūs.

Patarimai, dirbantiems su paaugliais

- Parodykite pasitikėjimą paaugliu, bet kontroliuokite jį.
- Su kiekvienu paaugliu elkitės kaip su individualybe – jų poreikiai ir elgesys niekada nebūna vienodi.
- Progai pasitaikius išreikškite savo pritarimą ir pagirkite paauglius – tai padeda daug labiau už kritiką.
- Nenaudokite per daug materialinio atlygio ar paskatinimo.

Patarimai, dirbantiems su paaugliais

- Su vaiku elkitės mandagiai ir pagarbiai, skirkite pareigas, kuriose gali parodyti savo brandą.
- Nepamirškite, kad iš pavyzdžių mokomės greičiausiai.
- Neskubėkite traukti vaikų iš visų nemalonumų – jie turi išmokti patys atsakyti už savo veiksmus.

AČIŪ UŽ DĖMESĮ!