

**Į mažo vaiko pasaulį pirmieji animaciniai filmukai ateina per tėvelius. Jie įvertina, ar pramoga mažajam žiūrovui bus saugi, neišgąsdins stipriu garsu, o gal baimę keliančio herojaus pasirodymu. Bet nuo netinkamo vaizdo iš ekrano savarankišką kino gerbėją paauglį apsaugos tik jo paties supratimas apie filme slypinčius pavojus ir geros kino juostos teikiamą naudą.**

Kino teatruose rodomi ar televizijos filmai ir laidos žymimi indeksais pagal žiūrovo amžių. Vertinant atsižvelgiama į daug aplinkybių, todėl tai gali būti ir puiki rekomendacija, ir kartu apsauga žiūrovui. Visgi internete lengviau prieinamas įvairus turinys, nebūtinai pats tinkamiausias žiūrovo amžiui ar vertybėms formuoti.

„Paaugliai yra labai jautrūs gaunamai informacijai, jie vis dar tyrinėja ir mokosi pažinti mūsų pasaulį. Kartais jiems gali būti sunku atpažinti, koks elgesys yra priimtinas, o kas gali kelti pavojų. Mūsų, suaugusiųjų, pareiga yra padėti savo vaikams pasirinkti tinkamus elgesio modelius. Ne išimtis yra ir kino filmai – atsirinkti tinkamiausius vaikui gali padėti ne tik tėvai, bet ir ekspertų rekomendacijos. Tad kviečiame atrasti kino pasaulį kartu, tai gali tapti labai gražia šeimos tradicija“, – kalba Valstybės vaiko teisių apsaugos ir įvaikinimo tarnybos vadovė Ilma Skuodienė.

Kaip filmai mus veikia ir kokią įtaką jie gali padaryti paauglystės amžiuje, padės atsakyti psichologo įžvalgos.

### **Kinas daro įtaką mūsų elgesiui**

Paauglystėje formuojasi žmogaus identitetas, moralinės vertybės. Reikia išmokti palaikyti santykius su aplinkiniais, bendraamžiais. Save bandantiems identifikuoti jaunuoliams, Tarnybos psichologė Giedrė Starkevičiūtė pataria rinktis filmus tuo metu jiems svarbiomis temomis. Naudingiausi bus tarsi iš šono padedantys pamatyti savo rūpesčius, o herojų sprendimai pateiks atsakymus ar net parodys kelią.

„Ypač dažnai ankstyvoje paauglystėje su personažu susitapatinama. Todėl, jeigu kartojasi konfliktai su bendraamžiais, pravartu bus pamatyti istorijas apie gražią draugystę, pagarbą vienas kitam. Kai jaunuolis blaškosi negalėdamas priimti svarbaus sprendimo, mėgstamo herojaus ryžtas bus tai, kas ir patį galimai paskatins permainingoms“, – paaiškina psichologė.

Pašnekovė įsitikinusi, kad filmas tikrai gali daug ko išmokyti: puoselėti draugystę, vertinti meilę, net ryžtis pokyčiams. Gera kino juosta per savo herojus įkvėps siekti tikslo ar parodys tarpasmeninių santykių pavyzdį, gal mokys atjautos arba stiprins teigimas nuostatas apie save ir pasaulį.

Šiame amžiaus tarpsnyje labai vertintini filmai apie nuoširdų žmogiškąją ryšį, juk būtent paaugliai jaučiasi mažiausiai priimami, vieniši ir nesuprasti. Tokie filmai teikia viltį, jog visi išgyvenimai laikini ir jų laukia dar daug nuostabių dalykų. Idealu, jeigu žiūrovo vidiniam pasauliui, vertybėms kinas bus artimas.

### **Mokomės nekartoti skausmingų scenų**

Nors paauglys greičiausiai jaučiasi pakankamai suaugęs, kad gebėtų pasirinkti filmą, tačiau tiek pats, tiek ir tėveliai turėtų žinoti, kad būtina iš anksto pasidomėti žanru ir galimomis scenomis. Dažnai žiūrimas tam tikras turinys, gali suformuoti žalojančius elgesio modelius ir netinkamas nuostatas.

„Smurtinės scenos filmuose, patyčių epizodai, skatina šį elgesį atkartoti. Turime sutikti, kad prie gajos patyčių kultūros tarp nepilnamečių, prisideda ir jų matomi netinkami vaizdai iš ekrano, – pabrėžia psichologė. – O smurtinių scenų gerbėjai neretai patys jau yra arba ilgai tampa mažiau jautrūs agresijai“.

Specialistė kalba, kad ypač svarbu būti dėmesingiems, jeigu nepilnametis jau turi polinkį į smurtinį elgesį ir nukreipti jį pagalbos.

„Kažin, ar turime siekti savo vaikams būti filtru nuo visų negerovių. Paaugliai neišvengiamai praeis savo atradimų kelią, jie ieškos naujų potyrių, ryškių emocijų, o gal bandys paneigti visuomenės standartus. Natūraliai teks susidurti ir su skausmingomis smurto, savižudybės, diskriminacijos temomis. Tačiau čia mes, suaugusieji, visada galime būti aktyvūs ir akcentuoti šių reiškinių prevenciją“, – pataria psichologė.

### **Svarbios asmeninės žiūrovo savybės**

Psichologė įsitikinusi, kad filmas turės daugiau teigiamo poveikio, jeigu atlieps ir individualias žiūrinčiojo savybes, poreikius. Intravertiškam paaugliui tiks istorijos, kuriose mažiau veiksmo, garso efektų, tačiau paliekama daugiau erdvės apmąstymui. Ekstraversijos bruožų turintis nelabai domėsis ramiu filmu, o rinksis emocijas, jaudinantį veiksma ar būseną. Ir vienu, ir kitu atveju žiūrovas patenkins tam tikrus poreikius.

Specialistė pataria paaugliams nepataikauti kitų pasirinkimams. Štai iš prigimties jautresniam žiūrovui ypač pavojingi bus sukrečiantys vaizdai, jie paliks ne tik emocijas, bet ir fiziologines pasekmes. Paauglystės amžiuje ir taip susiduriama su galybe iššūkių: savo kūno pokyčių priėmimu, atsiskyrimu nuo tėvų, šie pokyčiai kelia daugybę prieštarų jausmų. Papildomi intensyvūs potyriai gali sustiprinti sunkius išgyvenimus ir peržengti

Paauglys renkasi filmą: ką svarbu žinoti?

psichikos ir kūno toleruojamas ribas: be trumpalaikių miego sutrikimų, gali rasti įvairios baimės, nerimastingumas, net savidestruktyvus elgesys.

Taip pat verta įsidėmėti, kad laisvalaikiui praleisti pasirinktas filmas gali ugdyti teigiamas jaunojo kinomano savybes ir susilpninti mažiau pageidaujamas. Tam ypač tinka turintys ugdomąjį poveikį filmai.

### **Mezgam ryši per kino intrigas**

Suaugusiam žiūrovui skirtas turinys dažniausiai domins nepilnametį. Bet suaugusiajam skirti vaizdai jaunesnio žiūrovo, be kita ko, gali būti netinkamai interpretuojami. Pasak G. Starkevičiūtės, tokiai informacijai teisingai priimti reikia tam tikros gyvenimiškos patirties ir perspektyvos matymo.

G. Starkevičiūtė sako, kad tėvai neturėtų likti nuošalyje ne tik pasidomint, kokį filmą žiūrės sūnus ar dukra, bet ir skiriant laiko jį pažiūrėti kartu. Tai gali būti abipusiai naudinga. Tėvai matys, kas domina jų vaiką ir galės tam tikras scenas aptarti kartu padedant pastebėti, kas tame filme vertintina, o kas ir nelabai, pamatyti, kad ne visi teigiamų herojų veiksmai yra herojiški, ir ne visi neigiamų poelgiai ar būdo savybės – nepriimtini.

„Raskite būdą kartu su į suaugusiųjų pasaulį žengiančiu savo vaiku pažiūrėti filmą, – siūlo pašnekovė. – Jums tikrai pavyks. Tokiu būdu suprasite, kas jaunam žmogui imponuoja, kokia formuojasi jo pasaulėžiūra, kritiškumas, galėsite apie tai kalbėtis. Išnaudokite šią progą“.

